



**MOJA GAZETA**  
POLSKI KAPITAŁ



# Miasto zamkniętych mostów

str. 7



# Zostań w domu

str. 8



# Ludzie chcą pomagać

str. 4

Koniec sezonu.  
Treningi online.

# Sport praktycznie zamarł

str. 14-15

Sklepy działają, ale wprowadzają różne zmiany

str. 10

REKLAMA

REKLAMA

**A&R**  
Strzałkowscy

# AUTO SERWIS

ŻARY KUNICE  
UL. SZKLARSKA 7A  
TEL. 692 311 207, 68 444 3031

## OSOBOWE CIĘŻAROWE DOSTAWCZE

WYMIANA ROZRZĄDÓW | NAPRAWA SILNIKÓW | NAPRAWA ZAWIESZEŃ | KLIMATYZACJA  
GEOMETRIA KÓŁ W 3D | DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA | WYMIANA OPON

**Rolmasz**  
ŚRUBY I NARZĘDZIA

- śruby • wiertła • pneumatyka
- ubrania robocze • sprężarki
- elektryka • hydraulika
- części rolnicze • kompresory
- węże techniczne • łożyska
- elektronarzędzia • wkręty

Składnica Maszyn Rolniczych ROLMASZ  
ul. Okrzei 9, 68-200 Żary  
tel./fax 68 363 10 21 | [www.rolmasz-zary.pl](http://www.rolmasz-zary.pl)



Ogrom pracy spoczywa na dyrektorach szkół i nauczycielach, aby to wszystko jakoś zafunkcjonowało.

**Ola Napiórkowski**  
wiceburmistrz Żar

PIĄTEK	SO	ND	PN	WT	ŚR	CZ
15°						
16° ☁4°	6° ☁-3°	5° ☁-5°	7° ☁-1°	8° ☁1°	8° ☁1°	

# Czasy się zmieniają

Ponad pół miliona potwierdzonych zakażeń na świecie. Liczby rosną z dnia na dzień. Gdyby nie zahamowanie przyrostu zachorowań w Chinach, można by odnieść wrażenie, że to nie będzie miało końca. Ale na razie Włochy uparcie dążyły do objęcia pozycji światowego lidera w ilości zachorowań, bo w ilości zgonów przodują od kilku dni. I to mocno. A kto wie, może niebawem Stany Zjednoczone pobiją rekord.

Dla większości z nas to jednak tylko statystyki. Wprawdzie kryją się za nimi chorzy ludzie, osoby, które pożegnały się z tym światem. Jednak raczej nieznanne. Zapewne nikt nie chciałby zostać pozycją w tych statystykach. Mam wrażenie, że niektórzy postawili sobie jednak taki cel w życiu. Nie do końca przemyślany. Pewnie nawet w ogóle.

Nie chce się wierzyć, że policja ciągle trafia na przypadki łamania zasad kwarantanny. Pomimo dotkliwych kar finan-

sowych. A przytąpać kogoś dwukrotnie? Jednak i to się zdarza.

Ileż można powtarzać, że to narażanie siebie i innych? Czy do rozsądku musi przemówić dopiero choroba i zgon? Kogoś bliskiego? I późniejsza świadomość, że było się sprawcą tej tragedii? Czy tylko coś takiego ograniczyć może lekkomyślne zachowania?

Mamy czas - nazwijmy to - ogólnopolskiej kwarantanny. Nie całkowitej, ale jednak. Rząd zaleca pozostanie w domach oraz ograniczenie wyjść do przypadków niezbędnych. Może to zadziała, tylko pytanie - na jak długo? Sprzymierzeńcem takiej kwarantanny byłaby wyjątkowo kiepska pogoda. Taka, że psa by nie wygonił. A tu, jak na złość, sobota zapowiada się ciepła i słoneczna. Rząd pozwala wyjść na spacer, ale z zachowaniem wszelkich środków ostrożności, czyli najlepiej nie wychodzić.

Przede wszystkim trzymać się z daleka od innych osób. Czy-



**Andrzej Buczyński**  
redaktor naczelny

li na pole, do lasu. Ewentualnie. Żeby kogoś nie kusito przypadkiem, aby dzieciaka zabrać na plac zabaw. Zakaz jest. Jeśli ktoś ma wątpliwości, to od 27 marca w Żarach obowiązuje zarządzenie w sprawie zakazu korzystania z obiektów publicznych, takich jak wspomniane place zabaw i siłownie plenerowe. Nie można korzystać z obiektów sportowo-rekreacyjnych, w tym z boisk i orlików, kompleksu „Sy-

rena” przy ul. Leśnej, tężni solankowej przy Częstochowskiej, ani z urządzeń zamontowanych w parku przy ul. Wrocławskiej. Co za złamanie zakazu? Grzywna. Oby straż miejska miała jak najmniej mandatów do wystawienia.

Czy można liczyć na rozsądek ludzi, czy raczej na to, że w niedzielę po południu spadnie deszcz, potem ze śniegiem, a w rezultacie przegoni wszystkich do domów? Czas pokaże, czy potrafimy zachowywać się odpowiedzialnie. Na szczęście, ogromna większość potrafi.

Moja Gazeta zachęca czytelników do pozostania w domu. Szczególnie osoby starsze, zmagające się na co dzień z różnymi schorzeniami. Trzeba przecze-kać. Zostańcie w domach, na ile to tylko możliwe.

W związku z tym podjęliśmy decyzję o zawieszeniu wydawania gazety na dwa następne piątki, aż do świąt. Nie chodźcie po gazetę. Korzystajcie

za to z oficjalnych źródeł informacji w telewizji, radiu i internecie. Spotkamy się ponownie po świątach wielkanocnych. Nie będę dziś życzył wszystkim wesołych i radosnych, choć mam ogromną nadzieję, że takie będą. Życzę jednak zdrowia. To zawsze aktualne, bo zdrowie jest najważniejsze. Trzeba jednak o nie zadbać, aby doczekać normalności, która została zmieniona przez wirusa.

Życzę więc też cierpliwości. Wierzę, że czas, za którym dziś tęsknimy, wróci niebawem. Od nas wszystkich zależy, jak szybko to nastąpi.

Zmienia się też czas, który określa nam rytm codziennych zajęć. Zła informacja dla śpiących, którzy w poniedziałek będą musieli wstać do pracy.

Zmieniamy czas na letni, jak zwykle w ostatnią niedzielę marca przestawiamy zegary z godziny 2.00 na 3.00. Będzie za to dłuższy dzień, więcej światła i optymizmu. Mam nadzieję.

**Drodzy Czytelnicy  
apelujemy**

**Zostańcie w domach**

Zawieszamy w związku z tym  
wydawanie Mojej Gazety  
na dwa kolejne piątki

**Spotkamy się ponownie po świątach**



**339** zł  
~~492~~ zł

Myjka ciśnieniowa 120 BAR  
Rawplug RT-PW-U120X



**299** zł  
~~328~~ zł

Myjka ciśnieniowa  
Scheppach HCE 1500



**849** zł  
~~1050~~ zł

Myjka E 130.2-9 X-TRA Nilfisk



**72** zł  
~~89~~ zł

Szpadel prosty Cellfast + saperka



**54,20** zł  
~~58~~ zł

Szpadel prosty IDEAL PRO 1200mm Cellfast + wąż



**26,90** zł  
~~34~~ zł

Szpadel oprawny na rurce prosty



**49,90** zł

Grabie metalowe uniwersalne  
IDEAL PRO Cellfast + rękawiczki



**55** zł  
~~65,60~~ zł

Grabie metalowe uniwersalne  
Cellfast



**59,90** zł  
~~66,10~~ zł

Grabie trzon met.profil.X6  
Best Garden



**58** zł

Bezrękawnik ocieplany LahtiPro  
(różne kolory)



**170** zł

Bluza polarowa ONE czarna  
Würth



**97** zł

Spodnie do pasa Starline Würth  
(różne kolory)



**Rolmasz**  
ŚRUBY I NARZĘDZIA

ŻARY, ul. Okrzei 9  
tel. 68 363 10 21  
www.rolmasz-zary.pl

**ŻARY** Trzeba leczyć wszystkich chorych

# Ludzie teraz jeszcze bardziej chcą pomagać

**W tym szczególnym okresie szpitala, nawet jeśli nie posiadają oddziałów zakaźnych, muszą się zmierzyć z nowymi wyzwaniami. Okazuje się, że dziś wiele osób, firm oraz instytucji wspiera placówki medyczne w bardzo różnych formach. Zarówno w formie darowizn, jak i finansowej.**

- Dzięki pani Oldze Ciechanowicz-Pastuszcze i zainicjowanej przez nią akcji, otrzymaliśmy uszyte w Żarach maseczki, które zostaną wykorzystane na naszych oddziałach - mówi prezes Szpitala na Wyspie Jolanta Dankiewicz. - Otrzymujemy również pomoc finansową, na przykład żarska firma Swiss Krono przekazała nam 100.000 złotych i 50 litrów płynu do dezynfekcji. Taką samą kwotę na zakup sprzętu i środków ochrony osobistej podarował szpitalowi Urząd Miejski w Żarach. Ze stacji paliw Waldemara Wagnera również dostaliśmy kilkadziesiąt litrów płynu do dezynfekcji. Spółka Zielonogórski Rynek Rolno-Towarowy podarowała szpitalowi jabłka. Otrzymaliśmy też deklarację przekazania nam 400.000 złotych z budżetu powiatu żarskiego, o czym mają zdecydować radni na najbliższej sesji. Jesteśmy bardzo wdzięczni za każdą pomoc - dodaje.

Nie tylko środki ochrony osobistej dla personelu szpitala są teraz ważne. Potrzeba też dodatkowego sprzętu medycznego.

- Ze względu na większą obecnie liczbę pacjentów, szczególnie ginekologicznych i pedia-



Do szpitala trafiły maseczki uszyte w Żarach fot. Andrzej Buczyński

trycznych, chcemy uruchomić trzecią salę operacyjną, a nie mamy rezerw finansowych, ze względu chociażby na zwiększone ostatnio zakupy środków ochrony osobistej - mówi Jolanta Dankiewicz. - Ze względu na to, że oddział ginekologiczny w Żaganiu nie funkcjonuje, większość pacjentek z tamtego terenu trafia teraz do nas.

Szpital wprowadził ograniczenia w przyjmowaniu pacjentów na pozostałe oddziały do przypadków pilnych. Mimo to, 24 marca miał pod opieką około 130 pacjentów. Jest więc trochę miejsc wolnych, ale nie po to, aby je natychmiast zapełnić, bo z tym nie byłoby problemu.

- Musimy być przygotowani na wszystko, nawet na coś, czego nie jesteśmy w stanie przewidzieć

- mówi prezes Dankiewicz. - Na razie nie ma potrzeby, aby organizować u nas oddział zakaźny.

Teoretycznie takie oddziały, jak chorób wewnętrznych, czy geriatryczny, mogłyby zacząć pełnić inną funkcję. Ale trzeba pamiętać, że mają one swoich pacjentów, którymi też ktoś musi się zajmować. Ludzie cierpią na wiele różnych schorzeń, które wymagają hospitalizacji. Niejednokrotnie są to przypadki ciężkie. Nie ma takiej możliwości, żeby wszystkie szpitale zamienić na zakaźne. Dziś istotną rzeczą jest, aby ograniczyć do minimum ryzyko zakażenia koronawirusem personelu i pacjentów. Stąd wzmożone środki ostrożności, w tym dodatkowa dezynfekcja, czy też zakaz odwiedzin. Szpitale nieposiadające oddziałów zakaźnych muszą za

wszelką cenę bronić się przed rozprzestrzenianiem się wirusowym zakażeniem, ponieważ wprowadzenie kwarantanny sparaliżuje ich codzienną pracę, a tym samym odetnie kolejnych pacjentów od fachowej pomocy w danym szpitalu.

## Lepiej zapobiegać

Wprawdzie Szpital na Wyspie nie pełni roli placówki o charakterze zakaźnym i nie tam powinni trafiać pacjenci z podejrzeniem koronawirusa, to jednak na wszelki wypadek przygotowano odizolowane pomieszczenie w budynku dawnego laboratorium. Na wszystkich drzwiach wejściowych do szpitala są ogłoszenia, aby tam właśnie kierowały się osoby, które podejrzewają u siebie zakażenie. Sytuacje mogą być różne. Osoby

starsze, szczególnie samotne, mające różne inne schorzenia, mogą z obawy o własne zdrowie szukać pomocy w najbliższym szpitalu.

I rzeczywiście, były takie przypadki. Jedna z osób, która zgłosiła się do Szpitala na Wyspie, została przewieziona na oddział zakaźny do Zielonej Góry. Druga, na pulmonologię do Żagania. Testy, które później zostały wykonane, nie potwierdziły zakażenia koronawirusem. Ale wszystko może się zdarzyć.

Taka jest dziś szpitalna codzienność. Szerząca się epidemia zakłóciła normalny rytm pracy.

- Czekamy na dostawy sprzętu, środków ochrony osobistej, które spływają w ograniczonych ilościach, nie takich, jak zamawiamy - mówi Jolanta Dankiewicz. - Na razie jesteśmy zabezpieczeni, ale na bieżąco analizujemy ilość zapasów, jakie jeszcze mamy.

Szpital czeka na kardiomonitor, pulsoksymetrię, pompy przepływowe, urządzenia KTG.

- Na to dostaliśmy 230 tysięcy złotych od wojewody lubuskiego - mówi prezes szpitala. - Takiego sprzętu nam brakowało, aby objąć opieką większą liczbę pacjentek na ginekologii oraz na oddziale dziecięcym. Do Żar trafiają młodzi pacjenci nie tylko z powiatów żarskiego i żagańskiego, ale nawet z krośnieńskiego. To praktycznie całe południe województwa.

## Ludzie pytają

Prezes szpitala otrzymuje codziennie wiele sygnałów, telefonów od osób i firm, które chcą jakoś wesprzeć służbę zdrowia w okresie epidemii. Można to zrobić na przykład wpłacając dowolną kwotę na specjalny do tego celu numer konta bankowego.

**Andrzej Buczyński**

**W odpowiedzi na liczne pytania, jak można wesprzeć działalność Szpitala na Wyspie podajemy numer specjalnego szpitalnego konta bankowego**

**49 1090 2561 0000 0001 4223 5893**

**ŻARY** To nie są ferie, trzeba się jakoś uczyć

# Szkoła na odległość

**Minister Edukacji wydłużył okres zawieszenia zajęć w szkołach do 10 kwietnia. To wcale nie oznacza, że nie trzeba się uczyć.**

Nauka zdalna. Łatwo powiedzieć, ale w praktyce łączy się z tym wiele problemów. Począwszy od tego, czy każdy uczeń ma w domu komputer, drukarkę i dobre łącze internetowe. Może być przecież kilkoro dzieci w domu, a i niektórzy rodzice pracują zdalnie. Kolejna rzecz, to wydajność platform elektronicznej komunikacji pomiędzy nauczycielem a uczniem. Niektóre, zbyt obciążone, po prostu się zawieszają.

Nauczyciele mogą wysyłać uczniom zadania do wykonania poprzez pocztę elektroniczną.

Nie jest to jednak nawet namiastką lekcji w szkole, gdzie zwyczajnie uczeń ma możliwość na bieżąco wyjaśnić swoje wątpliwości lub poprosić o pomoc.

- Nasz system edukacji w Polsce nie jest przygotowany do tego typu zajęć, więc tutaj olbrzymia odpowiedzialność i ogrom pracy spoczywa na dyrektorach szkół i nauczycielach, aby to wszystko jakoś zafunkcjonowało - mówi wiceburmistrz Żar Olaf Napiórkowski. - Ministerstwo wskazuje pewne platformy, które można wykorzystać do zdalnej nauki, ale i tak wszyscy muszą się z tego nauczyć korzystać, zarówno nauczyciele, jak i uczniowie.

Trzeba sobie jakoś radzić. Ważną rolę w tym okresie odgrywają rodzice. Nie sztuką jest rozwiązać wszystkie zadania za swoje dziecko. Gorzej, gdy dziec-

ko wróci do szkoły i okaże się, że niby coś umiał, niby czegoś się w domu nauczył, a jednak nie.

- Musimy się wykazać dużą cierpliwością i wzajemnym zrozumieniem, o to też apelujemy - podkreśla Olaf Napiórkowski.

Najlepiej, gdy lekcje prowadzone są z obrazem wideo i dźwiękiem na żywo, ale są też wyłącznie dźwiękowe.

Lekcje zdalne już od dwóch tygodni prowadzone są w Katolickiej Szkole Podstawowej.

- Pierwszy tydzień był poświęcony nabraniu doświadczenia i poszukania najlepszej metody w zależności do wieku ucznia - mówi jedna z nauczycielek. - Dziś już wszyscy nauczyciele prowadzą lekcje, nawet w klasach 1-3, według nowego planu.



Andrzej Buczyński

Szkoły puste, uczniowie i nauczyciele pracują w domach fot. Andrzej Buczyński

## Jak ma wyglądać kształcenie na odległość?

W czasie ograniczenia funkcjonowania szkół i placówek oświatowych związanego z zagrożeniem epidemiologicznym nauka jest realizowana na odległość.

W sytuacji, gdy wystąpią trudności w organizacji zajęć, dyrektor szkoły w uzgodnieniu z organem prowadzącym, powinien określić inny sposób ich realizowania. O wybranym sposobie musi także poinformować kuratora oświaty.

Za organizację kształcenia na odległość odpowiada dyrektor szkoły. Jest on zobowiązany do tego, aby powiadomić rodziców, w jaki sposób będzie zorganizowana nauka. Nauczyciele mają możliwość weryfikacji dotychczas stosowanego programu nauczania tak, by dostosować go do wybranej metody kształcenia na odległość.

## Bezpieczeństwo uczniów i ich możliwości psychofizyczne priorytetem

Dyrektor musi również ustalić z nauczycielami tygodniowy zakres materiału dla poszczególnych klas, uwzględniając m.in.: równomierne obciążenie ucznia zajęciami w danym dniu, różnicowanie tych zajęć czy możliwości psychofizyczne ucznia. Dyrektor ma też określić formy kontaktu czy konsultacji nauczyciela z rodzicami i uczniami.

Organizując uczniom kształcenie na odległość dyrektor musi pamiętać o uwzględnieniu zasady bezpiecznego korzystania przez uczniów z urządzeń umożliwiających komunikację elektroniczną. Oznacza to, że dobór narzędzi

przy tej formie kształcenia powinien uwzględniać aktualne zalecenia medyczne odnośnie czasu korzystania z urządzeń (komputer, telewizor, telefon) i ich dostępności w domu, wiek i etap rozwoju uczniów, a także sytuację rodzinną uczniów.

## Sposoby realizowania kształcenia na odległość

Nauka prowadzona na odległość może być realizowana z wykorzystaniem materiałów udostępnionych przez nauczyciela, w szczególności tych rekomendowanych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej (zwłaszcza platforma edukacyjna [www.epodreczniki.pl](http://www.epodreczniki.pl)), Centralnej i Okręgowych Komisji Egzaminacyjnej, a także emitowanych w pasmach edukacyjnych programów Telewizji Publicznej i Polskiego Radia.

W przypadku przedszkoli i uczniów klas I-III szkoły podstawowej nauczyciel ma obowiązek poinformowania rodziców o dostępnych materiałach, a także możliwych sposobach i formach ich realizacji przez dziecko w domu.

## Bezpłatna platforma z materiałami edukacyjnymi

Platforma [www.epodreczniki.pl](http://www.epodreczniki.pl) to narzędzie informatyczne, na którym są umieszczone bezpłatne materiały edukacyjne. Zachęcamy uczniów, rodziców i nauczycieli do odkrywania znajdujących się tam zasobów i ich szerokiego wykorzystywania.

Wszystkie treści dostępne są przez przeglądarkę internetową i nie wymagają instalacji ani dodatkowego oprogramowania. Dodatkowo na platformie

udostępniony jest moduł do śledzenia postępów w nauce dla zalogowanych użytkowników czyli wszystkich uczniów i nauczycieli, którzy stworzą konto na platformie.

Dyrektor szkoły lub placówki, który zdecydował się na korzystanie z platformy może utworzyć na niej konta dla uczniów i nauczycieli. Przepisy pozwalają na przetwarzanie danych uczniów i nauczycieli szkoły lub placówki w celu utworzenia kont. Aby usprawnić korzystanie z platformy dyrektor wykorzysta do tego celu System Informacji Oświatowej.

## Ocenianie pracy ucznia

Dyrektor szkoły ma obowiązek ustalić w uzgodnieniu z nauczycielami w jaki sposób będzie monitorowana i sprawdzana wiedza ucznia oraz postępy w nauce.

## Kształcenie na odległość z przedmiotów zawodowych

Zajęcia w ramach kształcenia zawodowego będą prowadzone przede wszystkim w zakresie teoretycznych przedmiotów zawodowych oraz w ograniczonym stopniu również w zakresie zajęć praktycznych wyłącznie wtedy, gdy z programu nauczania danego zawodu wynika taka możliwość.

## Dostosowanie programu nauczania zawodu

Wprowadziliśmy zapisy, które pozwalają na modyfikację programu nauczania zawodu, w taki sposób, aby część niemożliwa do zrealizowania podczas nauki zdalnej, mogła być realizowana w kolejnych latach nauki, a część zajęć prze-

widzianych do realizacji na kolejne lata była zrealizowana zdalnie w tym roku szkolnym.

## Uelastyczniamy zasady organizacji praktyk zawodowych oraz przygotowania zawodowego młodocianych

Uczniowie technikum i szkoły policealnej będą mieli możliwość realizacji praktyk zawodowych do końca roku szkolnego 2019/2020.

Młodociani pracownicy z branżowych szkół I stopnia będą mogli, w uzgodnieniu z pracodawcą, zrealizować zajęcia praktyczne do końca bieżącego roku szkolnego albo w następnych latach szkolnych. Pracodawcy nie utracą dofinansowania kosztów kształcenia.

## Organizacja kształcenia ustawicznego

Wszystkie formy kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych, w tym również zajęcia realizowane dotychczas w formie turnusu dokształcania teoretycznego młodocianych pracowników, mogą być realizowane na odległość. Natomiast kształcenie praktyczne na kursach niemożliwe do zrealizowania w takiej formie, będzie można uzupełnić, gdy ustaną utrudnienia.

## Praca nauczycieli

W okresie czasowego zawieszenia zajęć dydaktyczno-wychowawczych ograniczony jest obowiązek świadczenia pracy przez nauczycieli na terenie szkoły, z wyłączeniem przypadków gdy jest to niezbędne do realizowania zajęć z uczniami zdalnie lub w inny sposób, lub gdy jest to niezbędne dla zapewnienia ciągłości funkcjonowania szkoły. **źródło: gov.pl**

# Praca, której dziś nie widać



fot. MBP Żary

**ŻARY Bibliotekarze, pomimo tego, że nie zajmują się dziś normalną obsługą czytelników korzystających na co dzień z bibliotecznych zasobów, mają - jak się okazuje - i tak pełne ręce roboty.**

- Robimy to, na co nigdy nie ma czasu, czyli selekcje, porządki, spisy zbiorów - mówi Beata Kębukowska, dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej w Żarach.

Bibliotekarze w pewnym sensie korzystają z „okazji”, bo przy rocznym spisie z natury i tak trzeba by zamknąć placówkę na jakiś czas. Chociaż podkre-

ślają, że ta akurat okazja, nikt nie cieszy. Trwa selekcja zbiorów. Część książek zbędnych trafi na makulaturę lub na otwarte kiermasze. Porządkowanie nie dotyczy tylko samych książek.

- W bibliotece trwa wielkie sprzątanie, czyścimy wszystko, co się da, bardzo dokładnie - mówi dyrektor Kębukowska.

Biblioteka jest zamknięta dla czytelników od 16 kwietnia, jednak wszyscy jej pracownicy przychodzą do pracy normalnie.

Niektórzy czytelnicy jednak zastanawiają się, co zrobić, jeśli minął, lub zaraz minie termin zwrotu wypożyczonej lektury.

- Wszystkie terminy są automatycznie przedłużone do końca kwietnia i wszyscy mogą być o to spokojni - zapewnia Beata Kębukowska. **ATB**



fot. MBP Żary

OGŁOSZENIE

## Ważne zmiany w Starostwie Powiatowym w Żarach



Informujemy, że od dnia 24 marca do odwołania następuje zmiana organizacji pracy Starostwa Powiatowego w Żarach oraz filii w Lubsku. Nieustannie pracujemy nad rozwiązaniami, które usprawnią naszą komunikację. Osobisty kontakt z urzędnikami jest maksymalnie ograniczony, ale nieustannie działa poczta elektroniczna urzędu oraz jest odbierana poczta tradycyjna, a wszelkie informacje udzielane są telefonicznie.

**W ZWIĄZKU Z TYM, ŻE BIURO PODAWCZE ZOSTAJE ZAMKNIĘTE OD DNIA 24.03 WSZYSTKIE DOKUMENTY, PISMA I WNIOSKI SKIEROWANE DO URZĘDU NALEŻY SKŁADAĆ W WYZNACZONYM NA PARTERZE OZNAKOWANYM POJEMNIKU.**

Dokumenty większych rozmiarów (np. projekty budowlane) będą odbierane na parterze przez merytorycznego pracownika, po wcześniejszym kontakcie telefonicznym (wykaz kontaktów telefonicznych w razie potrzeby jest dostępny w holu przy pojemniku na dokumenty oraz pod adresem: <https://bip.wrota.lubuskie.pl/spzary/95/Telefony/>). Wszelkie informacje udzielane będą wyłącznie telefonicznie lub drogą elektroniczną, a w przypadku absolutnej konieczności - pracownik odpowiedzialny merytorycznie za daną sprawę - zejdzie do Państwa na parter budynku.

**KURIERZY, LISTONOSZE ORAZ DORĘCZYCIELE PROSZENI SĄ O KONTAKT TELEFONICZNY Z BIUREM PODAWCZYM (tel. 68 479 06 15)**

Prosimy ponadto, aby dokumenty, jeśli istnieje taka możliwość składać poprzez:

- platformę ePUAP: /3j8o3v0smg/skrytka (profil urzędu na platformie ePUAP dostępny jest pod linkiem: <https://epuap.gov.pl/katalog-spr/profil-urzedu/3j8o3v0smg>)

- pocztę tradycyjną: Starostwo Powiatowe w Żarach, Aleja Jana Pawła II 5, 68-200 Żary

- za pomocą podpisu kwalifikowanego na adresy e-mail:

1. poczta @ powiatzarski.pl

2. sekretariat\_starosty @ powiatzarski.pl

**UWAGA!** Ze względu na przepisy prawa wszelkie dokumenty (np. wnioski) muszą być podpisane podpisem odręcznym, kwalifikowanym podpisem elektronicznym lub podpisem potwierdzonym profilem zaufanym ePUAP.

Osoby, które nie mają profilu zaufanego, mogą go potwierdzić za pośrednictwem bankowości elektronicznej, bez konieczności wizyty w urzędzie. Ta metoda pozwala wszcząć każdą sprawę, a także składać pisma i większość wniosków wraz z załącznikami.

W innych sprawach - nie wymagających uwierzytelnienia - prosimy o kontakt pod adresami e-mail:

**SPRAWY OGÓLNE:** poczta @ powiatzarski.pl;

sekretariat\_starosty @ powiatzarski.pl

**WYDZIAŁ KOMUNIKACJI - REJESTRACJA POJAZDÓW I PRAWA JAZDY:** komunikacja @ powiatzarski.pl  
**WYDZIAŁ GEODEZJI I KATASTRU:** geodezja @ powiatzarski.pl; ewidencja.gruntow @ powiatzarski.pl

**Sprawy w Referacie ds. Rejestracji Pojazdów i Praw Jazdy będą załatwiane WYŁĄCZNIE NA WYZNACZONĄ GODZINĘ** (po wcześniejszej rejestracji telefonicznej).

Rejestracja telefoniczna:

1. Prawa jazdy - tel. 68 479 06 19

2. Rejestracja pojazdów, wydawanie dowodów rejestracyjnych, zgłoszenie sprzedaży oraz inne czynności - tel. 68 479 06 66

**OSOBY, KTÓRE WCZEŚNIEJ NIE DOKONAJĄ REJESTRACJI TELEFONICZNEJ NIE ZOSTANĄ PRZYJĘTE.**

Jednocześnie informujemy, że poprzez platformę ePUAP możemy zgłosić:

**Nabycie pojazdu:**

Jeśli został zakupiony pojazd zarejestrowany w kraju, to należy zgłosić jego nabycie w ciągu 30 dni.

Można to zrobić za pośrednictwem strony: <https://www.gov.pl/zglos-zbycie-lub-nabycie-pojazdu-na-pr>. Zarejestrować pojazd można później, jak sytuacja epidemiologiczna się unormuje.

**Zbycie pojazdu:**

Jeśli pojazd został sprzedany, należy zgłosić jego zbycie w ciągu 30 dni - <https://www.gov.pl/zglos-zbycie-lub-nabycie-pojazdu-na-pr>

W przypadku braku podpisu elektronicznego lub profilu zaufanego, zgłoszenia zbycia lub nabycia pojazdu, można przestać tradycyjną pocztą/kurierem.

**Poprzez Elektroniczną Skrzynkę Podawczą Systemów Pojazd i Kierowca - [www.esp.pwppw.pl](http://www.esp.pwppw.pl) możemy dokonać:**

Internetowej rejestracji pojazdu lub jego wyrejestrowanie: Możliwa jest internetowa rejestracja pojazdu lub jego wyrejestrowanie poprzez złożenie wniosku elektronicznego o rejestrację/wyrejestrowanie przez Elektroniczną Skrzynkę Podawczą Systemów Pojazd i Kierowca zamieszczoną pod adresem [www.esp.pwppw.pl](http://www.esp.pwppw.pl) z użyciem podpisu elektronicznego lub profilu zaufanego.

Szczegółowy opis zakresu i warunków korzystania z Elektronicznej Skrzynki Podawczej Systemów Pojazd i Kierowca znajduje się na stronie: [www.esp.pwppw.pl/Account/Help](http://www.esp.pwppw.pl/Account/Help).

Złożenia wniosku o wydanie uprawnień do kierowania pojazdami:

Wniosek elektroniczny z zakresu wydania uprawnień do

kierowania pojazdami może zostać złożony poprzez Elektroniczną Skrzynkę Podawczą Systemów Pojazd i Kierowca zamieszczoną pod adresem: [www.esp.pwppw.pl](http://www.esp.pwppw.pl) Szczegółowy opis zakresu i warunków korzystania z Elektronicznej Skrzynki Podawczej Systemów Pojazd i Kierowca znajduje się na stronie: [www.esp.pwppw.pl/Account/Help](http://www.esp.pwppw.pl/Account/Help).

**Jednocześnie przypominamy:**

Starosta Żarski informuje, że obecna sytuacja epidemiologiczna wyłącza stosowanie kar z art. 140mb Prawa o ruchu drogowym. Od 16 marca br. do odwołania nie będą podlegały karze pieniężnej sytuacje:

- niedopełnienia obowiązku rejestracji pojazdu sprowadzonego z innego kraju Unii Europejskiej w terminie 30 dni od dnia sprowadzenia;

- niedopełnienia obowiązku zgłoszenia nabycia/zbycia pojazdu zarejestrowanego w kraju w terminie 30 dni od dnia zakupu lub sprzedaży.

Jednocześnie informujemy, że nadal będą karani ci, wobec których zostały już wszczęte postępowania oraz ci, którym termin obowiązku rejestracji pojazdu sprowadzonego z innego kraju Unii Europejskiej oraz zgłoszenia nabycia/zbycia pojazdu zarejestrowanego w kraju upłynął z dniem 15 marca 2020 r. (włącznie).

**Sprawy w Wydziale Geodezji i Katastru w Żarach oraz w Ośrodku Zamiejscowym w Lubsku będą załatwiane WYŁĄCZNIE NA WYZNACZONĄ GODZINĘ** (po wcześniejszej rejestracji telefonicznej).

Rejestracja telefoniczna Żary:

1. Ewidencja Gruntów - tel. 68 479 06 21

2. Ośrodek Dokumentacji Geodezyjnej i Kartograficznej - tel. 68 479 06 49

Rejestracja telefoniczna Lubsko:

1. Ewidencja Gruntów - tel. 68 372 51 35

2. Ośrodek Dokumentacji Geodezyjnej i Kartograficznej - tel. 68 372 51 32

**Ponadto przypominamy, że obowiązuje zakaz wejścia do wszystkich pokoi na parterze oraz na piętra budynku, tj. do Wydziałów: Organizacyjnego i Zarządzania Kryzysowego, Edukacji i Zdrowia, Budownictwa i Ochrony Środowiska, Inwestycji i Gospodarki Nieruchomościami, Wydziału Komunikacji, Transportu i Dróg (z wyłączeniem Referatu ds. Rejestracji Pojazdów i Praw Jazdy - gdzie obowiązują odrębne zasady - rejestracja telefoniczna), Finansowo - Budżetowego, Geodezji i Katastru (rejestracja telefoniczna), Powiatowego Rzecznika Konsumentów, Biura Rzeczy Znalezionych oraz do Archiwum.**

# Miasto zamkniętych mostów

**ŁĘKNICA** Od chwili całkowitego zamknięcia wszystkich mostów granicznych w Łęknicy, wliczając również ten przy targowisku, życie praktycznie zamarło. W jednym momencie handlowy gwar zamienił się w pustkę i ciszę.

Bazar łęknicki nie został zamknięty żadną decyzją administracyjną. W zasadzie zamknął się sam, gdy został odcięty od klientów. W tym wypadku przede wszystkim Niemców, którzy na co dzień są stałym źródłem dochodu osób tam handlujących. I to wielu osób, gdyż liczba rozmaitych pawilonów handlowych na bazarze sięga niemalże tysiąca.

Straty wynikające z zamknięcia bazaru na pewno liczą już nie tylko Polacy. Zwykle na

łęknickim bazarze wśród sprzedawców często można spotkać cudzoziemców, między innymi z Bułgarii i Ukrainy.

Targowisko jest właściwie podstawowym źródłem dochodów własnych miasta. Gdyby zniknęło na dobre, dla Łęknicy byłby to dramat. Oczywiście stan obecny jest traktowany, jako przejściowy i oby trwał jak najkrócej. Brak dochodów może być jednak problemem. Za dzierżawę miejsc handlowych trzeba przecież zapłacić, bez względu na to, jaki jest utarg i czy w ogóle.

- Zastanawiamy się nad pewnymi ulgami, na przykład rozłożeniem płatności na raty - twierdzi burmistrz Łęknicy Piotr Kuliniak. - Dziś jeszcze za wcześnie, aby mówić o szczegółach, bo wszystko będzie zależało od rozwoju sytuacji.

Od lat Łęknica i oddzielone tylko Nysą Łużycką niemieckie Bad Muskau to jakby jedno miasto ze swobodnym przepływem ludzi i wzajemnymi zakupami po



Sobota w Łęknicy. Normalnie jest tu mnóstwo ludzi fot. Andrzej Buczyński

obu stronach granicy. Nie tylko Niemcy kupują w Łęknicy. Polacy również odwiedzają niemieckie sklepy. Ta wyjątkowo mocna symbioza została nagle niespodziewanie rozerwana.

- Zamknięcie granic jest w Łęknicy bardzo mocno odczuwalne - mówi burmistrz Kuliniak. - Nie znam drugiej takiej gminy na pograniczu polsko-niemieckim, która nie doświadczyła, że jest mała, w której nie ma żadnych zakładów pracy, to wszystko praktycznie opiera się na handlu, usługach i drobnej przedsiębiorczości. Cały obszar gminy Łęknica to 16,4 km kwadratowych. Z tego obszaru trzeba wyłączyć prawie 11 km kwadratowych, które są pod róż-

nego rodzaju formami ochrony i nie można na nich prowadzić żadnej działalności gospodarczej. Od trzydziestu lat żyliśmy z handlu z Niemcami i w tym momencie będziemy mieli bardzo duże problemy - dodaje.

Klientów z Niemiec można było zobaczyć wszędzie. Na stacjach paliw, u fryzjera, w restauracjach, w sklepikach, na ścieżkach rowerowych - nie tylko na targowisku. Dziś tam jest pusto. Sami łękniczanie nie potrzebują aż takiej ilości stacji paliw. Tym bardziej, że praktycznie wszędzie można dojść spacerkiem.

Pustka na bazarowych alejkach jest wręcz niewiarygodna. Miejsce, które normalnie tę-

ni życiem, szczególnie w okresie przedświątecznym, wygląda jakby było opuszczone od lat. A przecież granice zamknięto nie tak dawno, 15 marca. Handlowcom i przedsiębiorcom łęknickim bardzo brakuje niemieckiej klienteli, ale jak się okazuje, Niemcy również tęsknią za Polską.

- Otrzymuję bardzo dużo wiadomości od Niemców, którzy cały czas dopytują, kiedy będą mogli przyjechać do Polski - mówi Piotr Kuliniak. - Oni chcą tu zrobić zakupy, zjeść dobry polski obiad, kupić papierosy, leki w aptece, zatankować, naprawdę im tego dziś brakuje.

Andrzej Buczyński



Zamknięcie mostów granicznych w Łęknicy to wydarzenie tak nieprawdopodobne, że wiele osób przychodziło tylko po to, aby uwiecznić to na zdjęciu. Zarówno po stronie polskiej, jak i niemieckiej fot. Andrzej Buczyński

AUTOREKLAMA

www.Moja24.pl  
portal informacyjny

REKLAMA

MIROSTOWICE DOLNE  
UL. OSIEDLE 25, 68-205 ŻARY  
TEL. 68 375 05 14  
KOM. 605 769 363, 693 198 086  
WWW.PRZEWOZY-INTERBUS.PL

Przewóz osób  
**INTERbus**

PROMOCJA  
CO 6 PRZEJAZD  
ZA 50%

NIEMCY - HOLANDIA - BELGIA - SZWAJCARIA - AUSTRIA  
PRZEWÓZ OSÓB

# Zostań w domu

**Od 25 marca do 11 kwietnia obowiązują nowe ograniczenia związane z rosnącą liczbą zakażonych koronawirusem w Polsce.**

Wszelkie zalecenia, zarówno dotyczące zakazu zgromadzeń, w tym ograniczeń uczestników uroczystości religijnych do pięciu osób, ilości ludzi korzystających na raz z komunikacji miejskiej, czy chociażby zakazu korzystania z placów zabaw lub siłowni pod chmurką, mają jeden wspólny cel - ograniczyć do minimum kontakty między różnymi osobami, a tym samym zatrzymać rozprzestrzenianie się wirusa. Przenosi się on z człowieka na człowieka, a zatem im mniej osób będzie się spotykać, tym mniejsze szanse na następne zachorowania.

Od razu też pojawiły się wątpliwości, czy oprócz jasno określonych przypadków, takich jak niezbędne zakupy, droga do pracy lub konieczność wykupienia lekarstw, można wyjść na spacer z dzieckiem, a nie tylko z psem. A jeśli na spacer, to czy można sobie pobiegać?

Pierwsze informacje były bardzo zakazujące, jednak później na oficjalnych stronach rządowych opublikowano odpowiedzi na niektóre pytania.

Spacer i sport owszem, ale najlepiej w samotności, no chyba że rodzinny, z osobami mieszkającymi pod jednym dachem, które i tak są ze sobą prawie cały czas. Zalecenia są jednak takie, aby robić to jak najrzadziej, a najlepiej wcale.

Nawet przy wyprowadzaniu psa należy ograniczyć kontakt z innymi osobami. To nie czas na ploteczki z sąsiadami.

**Andrzej Buczyński**



**Jeśli już spacer, to raczej w miejsca, gdzie nie ma tłoku. Ale w lesie też można się natknąć na inne osoby. Wtedy zachowajmy bezpieczny dystans, choćby to był dobry znajomy. Popularnym miejscem sportowo-rekreacyjnym jest Zielony Las. To dziś chyba niezbyt dobry wybór. Sami leśnicy zachęcają do odkrywania nowych lokalizacji w okolicy, bo każdy las jest idealny na spacer. Najlepiej też nie dotykać ławek i stołów w lasach** fot. Andrzej Buczyński

## **SERWIS RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ INFORMUJE (gov.pl)**

### **Wprowadzamy ograniczenia w przemieszczaniu się**

Do 11 kwietnia włącznie nie będzie można się swobodnie przemieszczać poza celami bytowymi, zdrowotnymi, zawodowymi. Obostrzenie nie dotyczy więc:

- **dojazdu do pracy.** Jeśli jesteś pracownikiem, prowadzisz swoją firmę, czy gospodarstwo rolne, masz prawo dojechać do swojej pracy. Masz również prawo udać się po zakup towarów i usług związanych ze swoją zawodową działalnością.
- **wolontariatu.** Jeśli działasz na rzecz walki z koronawirusem i pomagasz potrzebującym przebywającym w kwarantannie lub osobom, które nie powinny wychodzić z domu, możesz się przemieszczać w ramach tej działalności.
- **załatwiania spraw niezbędnych do życia codziennego.** Będziesz mógł się przemieszczać, aby zrobić niezbędne zakupy, wykupić lekarstwa, udać się do lekarza, opiekować się bliskimi, wprowadzić psa.

Ważne! Przemieszczać się będzie można jedynie w grupie do dwóch osób. Obostrzenie to nie dotyczy rodzin.

### **W autobusie tyle osób, ile wynosi połowa miejsc siedzących**

Środki publicznego transportu zbiorowego nadal działają. Jednak w autobusie, tramwaju lub metrze tylko połowa miejsc siedzących może być zajęta. Jeśli miejsc siedzących w pojeździe jest 70,

to na jego pokładzie może znajdować się maksymalnie 35 osób. Zależy nam na tym, aby Polacy mieli dostęp do komunikacji. Musimy jednak zadbać o to, by autobusy nie były przepełnione.

### **Całkowity zakaz zgromadzeń – chyba że z najbliższymi**

Nowe przepisy zakazują także wszelkich zgromadzeń, spotkań, imprez czy zebrań. Będziesz mógł się jednak spotykać z najbliższymi.

### **Zasady bezpieczeństwa w trakcie uroczystości religijnych**

Ograniczenia w przemieszczaniu nie dotyczą również osób, które chcą uczestniczyć w wydarzeniach o charakterze religijnym. Tutaj jednak wprowadziliśmy kolejną ważną zasadę. W mszy lub innym obrzędzie religijnym nie będzie mogło uczestniczyć jednocześnie więcej niż 5 osób – wyłączając z tego osoby sprawujące posługę.

Zachęcamy jednak do uczestnictwa w wydarzeniach religijnych za pośrednictwem telewizji, radia czy internetu.

### **Zakłady pracy**

Ograniczenia co do liczby osób nie dotyczą zakładów pracy. Należy jednak stosować w nich szczególnie ostre zalecenia Głównego Inspektora Sanitarnego w zakresie zachowania odległości pracowników, środków dezynfekcji.

### **Pozostałe ograniczenia nadal obowiązują**

Mimo wprowadzanych zmian, w mocy pozostają wszystkie dotychczasowe za-

kazy, czyli ograniczenie w działalności galerii handlowych, działalności gastronomicznej i rozrywkowej. Wciąż także działa obowiązkowa 14-dniowa kwarantanna dla powracających zza granicy.

### **Podstawa prawna**

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 marca 2020 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii.

### **Jestem rolnikiem. Czy mogę wykonywać swoją pracę normalnie?**

Tak. Ograniczenie w przemieszczaniu się nie dotyczy prowadzenia działalności rolniczej, wykonywania pozarolniczej działalności gospodarczej i prac w gospodarstwie rolnym, a także zakupów towarów i usług związanych z tymi aktywnościami (np. zakup nawozów sztucznych przez rolników, czy zakup towarów do sklepu spożywczego prowadzonego przez indywidualnego przedsiębiorcę).

### **Czy sklepy spożywcze i apteki będą otwarte?**

Tak. Nie zamykamy sklepów spożywczych, aptek, banków, pralni i drogerii.

### **Czy restauracje nadal będą mogły wydawać posiłki na wynos?**

Tak nadal będą mogły prowadzić tego typu usługi.

### **Nie mogę pracować zdalnie. Czy mogę przemieszczać się do miejsca pracy?**

Tak. Ograniczenia w przemieszczaniu

się nie dotyczą pracowników w drodze do i z pracy.

### **Pracuję na umowę cywilnoprawną, czy mogę normalnie przemieszczać się do miejsca pracy?**

Tak. Wszyscy pracownicy zatrudnieni na umowę o pracę oraz umowy cywilnoprawne mogą bez przeszkód przemieszczać się do miejsca pracy.

### **Czy mogę wyjść na spacer do parku lub lasu, wyjść z dziećmi na plac zabaw?**

Przepisy odnoszą się do niezbędnych codziennych potrzeb. Do takiej kategorii można zaliczyć spacer czy wyjście do lasu, ale z zachowaniem ograniczeń odległości oraz limitu przemieszczających się osób (maksymalnie dwie osoby, z wyłączeniem rodzin). Zalecamy, aby ograniczać tego typu wyjścia do niezbędnego minimum.

Ograniczenia dotyczą natomiast placów zabaw, które są miejscem gromadzenia się różnych osób, a tym samym wysokiego ryzyka zakażenia.

Czy złamaniem obostrzeń jest samodzielne uprawianie sportu na zewnątrz, w tym rekreacyjna jazda na rowerze? Czy mogę biegać?

Przepisy pozwalają wychodzić z domu m.in. w celu realizacji niezbędnych codziennych potrzeb. Do takiej kategorii można zaliczyć np. jednorazowe wyjście w celach sportowych. Należy jednak pamiętać o zachowaniu odpowiedniej odległości od innych oraz o tym, że powinniśmy uprawiać sport w grupie maksymalnie dwuosobowej (nie dotyczy to jednak rodzin).



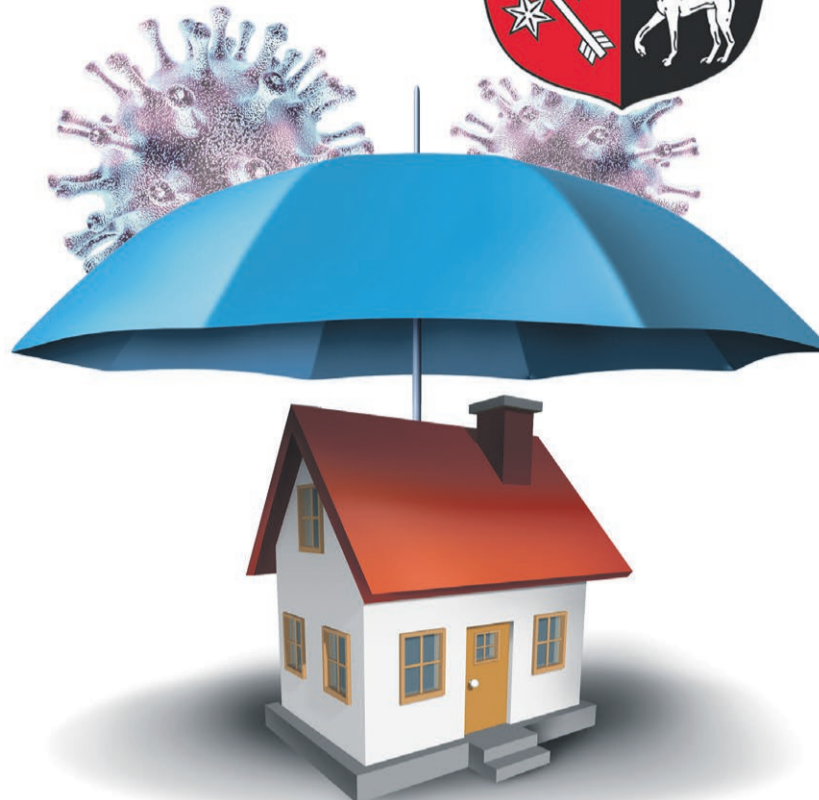
# MIESZKAŃCY ŻAR



W związku ze stanem  
epidemii koronawirusa

## apelujemy

1. Nie wychodźcie z domów bez ważnej przyczyny
2. Stosujcie niezbędne środki ostrożności
3. Nie narażajcie siebie i innych na utratę zdrowia i życia



## zostańcie w domu

Osoby starsze, samotne, niesamodzielne, nieposiadające rodziny w celu uzyskania pomocy mogą zgłaszać się telefonicznie do Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Żarach

tel. 68 475 55 80, 512 170 528

Infolinia Narodowego Funduszu Zdrowia dotycząca postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia koronawirusem

tel. 800 190 590

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Żarach

tel. 68 470 62 58, tel. alarmowy 696 076 892

Najbliższy Oddział Chorób Zakaźnych w Szpitalu Uniwersyteckim im. Karola Marcinkowskiego w Zielonej Górze

tel. 68 32 96 478

Osoby przebywające w kwarantannie, które wymagają wsparcia Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w formie posiłku lub produktów żywnościowych, zakupu leków, pomocy psychologicznej lub innego rodzaju wsparcia proszone są o kontakt

tel. 68 475 55 80

## żarskie wsparcie przedsiębiorców



### PODATKI

Ulgi dla przedsiębiorców

- ODROTCZENIE TERMINU PŁATNOŚCI PODATKU OD NIERUCHOMOŚCI
- ROZŁOŻENIE NA RATY PODATKU OD NIERUCHOMOŚCI

Na wniosek podatnika-przedsiębiorcy indywidualne rozpatrywanie sprawy

### NAJEM I DZIERŻAWA NIERUCHOMOŚCI

Ulgi dla przedsiębiorców

- ODROTCZENIE TERMINU PŁATNOŚCI
- ROZŁOŻENIE NA RATY NAJMU I CZYNSZU Z TYTUŁU DZIERŻAWY NIERUCHOMOŚCI

Na wniosek przedsiębiorcy indywidualne rozpatrywanie spraw

### KONTAKT

Urząd Miejski w Żarach

### PODATKI

Wydział Podatków i Opłat  
tel. 68 470 83 01

### NAJEM I DZIERŻAWA

Wydział Gospodarki Nieruchomościami,  
Architektury i Zasobów Komunalnych  
tel. 68 470 83 41

# Sklepy działają, ale wprowadzają zmiany

**ŻARY** Pomimo różnych ograniczeń w przemieszczaniu się, sklepy spożywcze mają działać nadal. Dostosowują się jednak do obecnych, szczególnych warunków pracy.

Ograniczenia co do ilości osób przebywających na raz w jednym sklepie są raczej przestrzegane. Klienci bez problemu czekają na zewnątrz i wchodzą, gdy ktoś inny wyjdzie z zakupami. W miarę dobrze idzie respektowanie zaleceń utrzymywania bezpiecznych odległości w kolejce do kasy.

Część osób sama wpadła na to, żeby przed wejściem do sklepu założyć jednorazowe rękawiczki. Takie postępowanie zaleca swoim klientom od niedawna Żabka. Rękawiczki, podobne do tych, które znajdują się na stacjach paliw, pojawiły się także w sklepach z zielonym szyldem.

Sporym udogodnieniem jest zwiększenie limitu płatności zbliżeniowych z 50 do 100 złotych. Często niższa kwota nie wystarczała na jednorazowe zakupy i wymagało to wpisania kodu PIN. Banki od kilku dni informują swoich klientów o zwiększonym limicie.

Nikogo nie dziwią pojawiające się przezroczyste przegrody przy kasach. W ten sposób sklepy chronią swoich pracowników.

Sieci handlowe, oprócz szeregu zabiegów związanych z bezpieczeństwem i higieną, wprowadzają również zmiany z myślą o seniorach.

Kaufland na przykład wprowadzi rozwiązanie polegające na wyznaczeniu specjalnych kas dla seniorów, aby zminimalizować czas oczekiwania w kolejce.

Biedronka w ramach akcji „Czas na pomaganie seniorom 65+” wprowadza pierwszeństwo wejścia do sklepu dla osób starszych w pierwszej godzinie od otwarcia. Poza tym, wszyscy seniorzy mogą poprosić przy kasie o obsługę poza kolejnością. **ATB**



Zalecenia dla większego bezpieczeństwa sprzedawców i klientów fot. Andrzej Buczyński



fot. Andrzej Buczyński

**KAUFLAND** W trosce o zdrowie i bezpieczeństwo starszych klientów, którzy znajdują się w grupie ryzyka w związku z panującą epidemią koronawirusa, sieć Kaufland wprowadziła dodatkowe rozwiązanie. Od wtorku 24 marca br. w sklepach Kaufland funkcjonują kasy pierwszeństwa dla seniorów. Specjalnie oznaczone kasy są dostępne w każdym z 220 marketów sieci. Może z nich skorzystać każdy klient, ale osoby starsze są obsługiwane poza kolejnością, jeżeli tylko zgłoszą taką potrzebę. To kolejne rozwiązanie, na które w ostatnim czasie zdecydował się Kaufland w związku z epidemią koronawirusa. Sieć m.in. zintensyfikowała regularne działania dotyczące czystości i dezynfekcji, wyposażyła sklepy w specjalne stacje do odkażania z płynem dezynfekującym i chusteczkami nawilżającymi oraz rozpoczęła sprzedaż pieczywa pakowanego w szczelnie zamkniętych torebkach. Ponadto w sklepach przypomina się o zachowaniu bezpiecznej odległości, co ułatwiają strefy wyznaczone za pomocą kolorowych taśm. W sklepach montowane są także szyby pleksi dla pracowników kas oraz punktu informacyjnego, a klienci zachęceni są do korzystania z płatności zbliżeniowych.

**materiały prasowe**



fot. Andrzej Buczyński

**ŻABKA** Podjęliśmy decyzję o ograniczeniu standardowych godzin funkcjonowania sklepów, które będą otwarte od godz. 7:00 do 22:00. Skrócenie godzin otwarcia placówek obowiązuje do odwołania.

Dystrybuujemy dostawy środków dezynfekujących oraz rękawiczek, które nieodpłatnie przekazujemy naszym franczyzobiorcom.

W celu ograniczenia gromadzenia się osób w placówkach, wprowadziliśmy instrukcję umożliwiającą franczyzobiorcom określanie liczby osób przebywających w jednym czasie w sklepie.

Gorące napoje i przekąski dostępne w Żabka Cafe sprzedawane są obecnie jedynie na wynos. Przygotowujemy i już dystrybuujemy dodatkowe wyposażenie w formie przegrody pleksi, które umożliwią dodatkową ochronę i oddziela kasjerów od klientów.

Wstrzymaliśmy dostawy realizowane bezpośrednio i związane z przemieszczaniem się osób z regionów objętych rekomendacją wstrzymania podróży przez Główny Inspektorat Sanitarny.

**materiały prasowe**



fot. Andrzej Buczyński

**BIEDRONKA** Wyjątkowa sytuacja wymaga wyjątkowych działań. Dlatego Biedronka wprowadza w swoich sklepach specjalne rozwiązania: są to między innymi płyny dezynfekujące i chusteczki Dada dla klientów, zmiana czasu pracy sklepów i limity osób na terenie placówek. Pracownicy Biedronki również zostali objęci działaniami zabezpieczającymi. Sieć prosi też swoich klientów, by włączyli się do dbania o bezpieczeństwo i komfort zakupów.

Sieć dla bezpieczeństwa klientów już wcześniej wprowadziła limity osób, które mogą jednocześnie przebywać w sklepach – limity są związane z wielkością danej placówki. Teraz dodatkowo osoby starsze w pierwszej godzinie funkcjonowania sklepu, będą mogły wejść do niego jako pierwsze. Wszystko po to, by przebywały w sklepie jak najkrócej i były przez to jak najmniej narażone na zachorowanie.

Biedronka wzmacnia też zalecenia dotyczące priorytetowej obsługi seniorów przy kasie – na prośbę seniora pozostali klienci będą proszeni o przepuszczenie osoby starszej w kolejce.

**materiały prasowe**

# Trzynastki w kwietniu

**W przyszłym miesiącu ruszą wypłaty tzw. trzynastek, czyli dodatkowych świadczeń dla emerytów i rencistów. ZUS i Poczta Polska zapewniają, że pieniądze dotrą do uprawnionych na czas.**

Trzynastki trafią do ponad 9 mln. osób. Otrzymają je ci, którzy na 31 marca będą mieli ustalone prawo do emerytury lub renty - z tytułu niezdolności do pracy, szkoleniowej, socjalnej, rodzinnej. Dotyczy to także rodzicielskiego świadczenia uzupełniającego - świadczenia dla osób, które wychowały co najmniej czwórkę dzieci, nauczycielskie-

go świadczenia kompensacyjnego, świadczenia lub zasiłku przedemerytalnego. Pieniądze nie będą natomiast przysługiwać tym, którzy na ten dzień będą mieli zawieszony świadczenie, np. z powodu zbyt wysokich dodatkowych zarobków.

Świadczenie wypłacane jest z urzędu, co oznacza, że nie trzeba składać żadnych wniosków.

Kwota trzynastki dla każdego jest taka sama i wynosi 1200 zł brutto, a po potrąceniu zaliczki na podatek będzie to około 980 zł „na rękę”.

Do renty rodzinnej, którą pobiera kilka osób, przysługuje jedna trzynastka. ZUS podzieli ją po równo na każdą uprawnioną osobę. Na przykład jeśli jedną rentę rodzinną pobierają dwie osoby, to każda otrzyma po 600 zł brutto.

Rzecznik prasowy Poczty Polskiej Justyna Siwek zapewnia, że pocztowcy doręczą wszystkie emerytury na czas. - Poczta Polska wprowadza szczególne procedury w przypadku wypłat rent i emerytur dla osób objętych kwarantanną. Emerytury są komisyjnie przygotowane do wypłaty w placówce pocztowej i wkładane do tak zwanych bezpiecznych kopert, które następnie są doręczane pod wskazany adres przy zastosowaniu odpowiednich zasad bezpieczeństwa - podkreśla.

Wypłata trzynastki nastąpi razem z przysługującym świadczeniem, czyli emeryturą lub rentą. O pieniądze z kwietniowego dodatku nie muszą się martwić osoby z długami. Trzynastki nie podlegają bowiem zajęciom komorniczym.

**oprac. ATB** (źródło ZUS)

## Kwarantanna to nie czas na spacer

**ŻARY** Mieszkaniec Żar, który opuścił miejsce kwarantanny, tłumacząc się, że wyszedł na spacer może poczuć dotkliwe konsekwencje - kara za takie zachowanie może być wysoka, nawet 30 tys. złotych.

Obecna sytuacja spowodowana pandemią jest bardzo trudna dla wszystkich obywateli. To czas wyczerpanej pracy Policji, służb medycznych, sanitarnych, wojska, straży granicznej. Każdy z nas może przyczynić się do ograniczenia rozprzestrzeniania się koronawirusa, ograniczając kontakty, przestrzegając podstawowych zasad higieny, a osoby objęte kwarantanną pozostając po prostu w domu.

Policjanci z żarskiej komendy, jak wielu funkcjonariuszy w całej Polsce, sprawdzają miejsca przebywania osób objętych kwarantanną. Odbywa się to za pośrednictwem telefonu.

Funkcjonariusze nie mają bezpośredniego kontaktu z osobami objętymi izolacją. Sprawdzają nie tylko, czy dana osoba znajduje się we wskazanym miejscu, ale także pytają o stan zdrowia oraz, czy potrzebne są artykuły spożywcze. Większość podchodzi do tej sytuacji ze zrozumieniem i w sposób odpowiedzialny, jednakże zdarzają się przypadki nieodpowiedzialnego zachowania. Brakiem wyobraźni wykazał się mieszkaniec Żar, który zamiast przebywać w domu wyszedł na spacer.

Dzielnicy po nawiązaniu z nim kontaktu telefonicznego natychmiast nakazali mężczyźnie, aby powrócił do miejsca zamieszkania. Jednocześnie informując, że konsekwencje takiego zachowania mogą być dotkliwe, ponieważ zostanie skierowany wobec niego wniosek o ukaranie do sądu.

Przypominamy, że osoba pozostająca w kwarantannie musi bezwzględnie stosować się do jej zasad i nie opuszczać wskazanego miejsca pobytu. W przypadku złamania warunków może grozić jej grzywna w wysokości nawet do 30 tys. złotych.

**kom. Aneta Berestecka**

## Zasiłek w kwarantannie

**Osoby objęte obowiązkową kwarantanną po przekroczeniu granicy, mogą ubiegać się o świadczenia chorobowe. Aby je otrzymać należy w ciągu 3 dni roboczych od zakończenia kwarantanny złożyć specjalne oświadczenie.**

Każdy, kto obecnie przekracza granicę państwową, ma obowiązek odbyć czternastodniową kwarantannę. Zgodnie z najnowszym rozporządzeniem Ministerstwa Zdro-

wia taka osoba może ubiegać się o świadczenia z tytułu choroby. Aby je uzyskać należy złożyć oświadczenie o odbywaniu obowiązkowej kwarantanny w ciągu 3 dni od jej zakończenia.

Wzór oświadczenia jest dostępny na stronie [www.zus.pl](http://www.zus.pl).

Oświadczenie należy złożyć do swojego płatnika składek, np. pracodawcy lub zleceniodawcy. Prowadzący działalność gospodarczą i osoby z nimi współpracujące powinny je złożyć w ZUS. Mogą to zrobić elektronicznie - za pośrednictwem Platformy Usług Elektronicznych (PUE).

Zarówno płatnik składek, który wypłaca zasiłki, jaki i ZUS, mogą wystąpić do właściwego orga-

nu Państwowej Inspekcji Sanitarnej w celu weryfikacji danych zawartych w oświadczeniu.

Trzeba pamiętać, że jeśli państwowy inspektor sanitarny zdecyduje o skróceniu lub zwolnieniu z kwarantanny, to osoba, która ją odbywa powinna poinformować o tym wypłacającego świadczenie chorobowe.

Osoby, które powracają z zagranicy i są objęte obowiązkową kwarantanną mają prawo do świadczenia chorobowego na ogólnych zasadach. Oznacza to, że zleceniobiorcy i przedsiębiorcy aby otrzymać świadczenie muszą podlegać dobrowolnemu ubezpieczeniu chorobowemu.

**oprac. ATB** (źródło ZUS)

# Kwarantanna dla pracowników

**REGION** Kolejne zmiany dotyczące przekraczania granic.

15 marca na 10 dni Polska zamknęła granice, z pewnymi oczywiście wyjątkami. To jednak nie koniec. Okres ten został przedłużony obecnie do 13 kwietnia, czyli o kolejnych 20 dni.

Wjeżdżający do kraju kierowani byli na obowiązkową 14-dniową kwarantannę. Nie dotyczyła ona osób codziennie dojeżdżających do pracy za granicę. Wystarczyło mieć przy sobie dokument potwierdzający zatrudnienie po drugiej stronie granicy. Na terenach przygranicznych takie dojazdy do pracy nie

są niczym nadzwyczajnym. Jednak szybko rosnąca skala stwierdzonych zachorowań w Niemczech spowodowała, że wiele osób zaczęło się zastanawiać nad sensem zamknięcia granic, gdy ruch pracowników jest nieograniczony.

I to też się teraz zmieniło. Od piątku 27 marca wszyscy pracujący za granicą podczas wjazdu do Polski będą kierowani na kwarantannę. Rząd dał ludziom dwa dni do namysłu i załatwienie pewnych spraw. Pozostał więc wybór, albo zostać w pracy za granicą, albo wrócić i przerwać pracę obowiązkową kwarantanną.

Nie dotyczy to kierowców zawodowych. **ATB**



Tiry przekraczają granicę w Olszynie bez przeszkód fot. Andrzej Buczyński

# Między Lubskiem a Tuplicami (cz. 19)

**POWIAT ŻARSKI**  
**Sam obiekt kolejowy w Nowej Roli był jednym przystankiem osobowym poza Lubskiem i Tuplicami, który posiadał formę odpowiadającą wyobrażeniom stacji kolejowej z prawdziwego zdarzenia.**

Jest położony około 250 m na wschód od zwartych zabudowań wsi i do dzisiejszego dnia (na 1 piętrze) zamieszkały przez rodzinę byłego pracownika PKP. Ta okoliczność decyduje, że obecnie budynek jest w niezłym stanie technicznym, a teren przyległy do niego czysty i zadbane. Jego postać stanowi trójmodułowa bryła, którego trzonem jest była część stacyjna z niewielkim ganikiem od strony torowiska, złożona z dwóch kondygnacji oraz poddasza (obecnie nieużytkowanego). Skosy dachowe z obu stron zwieńczone są charakterystycznymi iglicami, co może nawiązywać do konstrukcji dworca łużyckiego w Lubsku, który tutaj też takowe posiada. Do zasadniczej części, dołączone zostały dwa mniejsze skrzydła z poprzecznie przebiegającymi dachami. Na krawędziach kalenic głównych obu części, również znalazły się iglice nadające całości niewątpliwie splendoru. W sekwencji budowli od strony Lubska, utworzono magazyn towarowy z niewielką rampą bocz-



Stacyjka kolejowa w Nowej Roli w pełnej krasie. Parowóz 0149-104 z pociągiem osobowym z Lubska do Głogowa (26 maja 1988r.) fot. Arkadiusz Łobodziec

ną, pod którą podchodziło zeberko ładunkowe (tor nr 3). Od strony peronu na rampę prowadziły krótkie schody, zaś za krawędzią budynku przechodziła ona w plac składowy przylegający w całości do północno-wschodniej elewacji. W drugim nieco niższym i węższym skrzydle od strony Tuplic, mieściła się zadaszona poczekalnia w postaci wiaty otwartej od strony peronu.

W okresie późniejszym budynek stacyjny był etapami nieco przebudowywany; m.in. dach od północnego-wschodu został wzbogacony o drewnianą lukarnę, zaś do ściany frontowej - bliżej wiaty poczekalni - dobudowano drugi drewniany ganek. Poprawiał on widoczność na torowisko w czasie przejazdu lub manewrów pociągów przez stację, jednocześnie pełniąc funkcję ochronną

przed niekorzystnymi warunkami pogodowymi.

Znajdujący się niemal idealnie w połowie drogi pomiędzy Lubskiem a Tuplicami przystanek osobowy w Nowej Roli - poza wyróżniającą go fizjonomią, był jedynym obiektem wyposażonym w urządzenia sterowania ruchem kolejowym oraz ze stałą, rezydującą na miejscu obsadą personelu kolejowego. W związku z tym, Nowa Rola była jedyną strażnicą włączoną do łączki strażnikowej pomiędzy Lubskiem a Tuplicami. Etatowym pracownikiem był dróżnik przejazdowy, informowany telefonicznie przez dyżurnych ruchu ze stacji węzłowych o wyjeżdżających pociągach. Kolejarz oprócz obsługi dwójki par rogatki (na szosie do Drzeniowa i polnej drodze przechodzącej przez tory za stacją



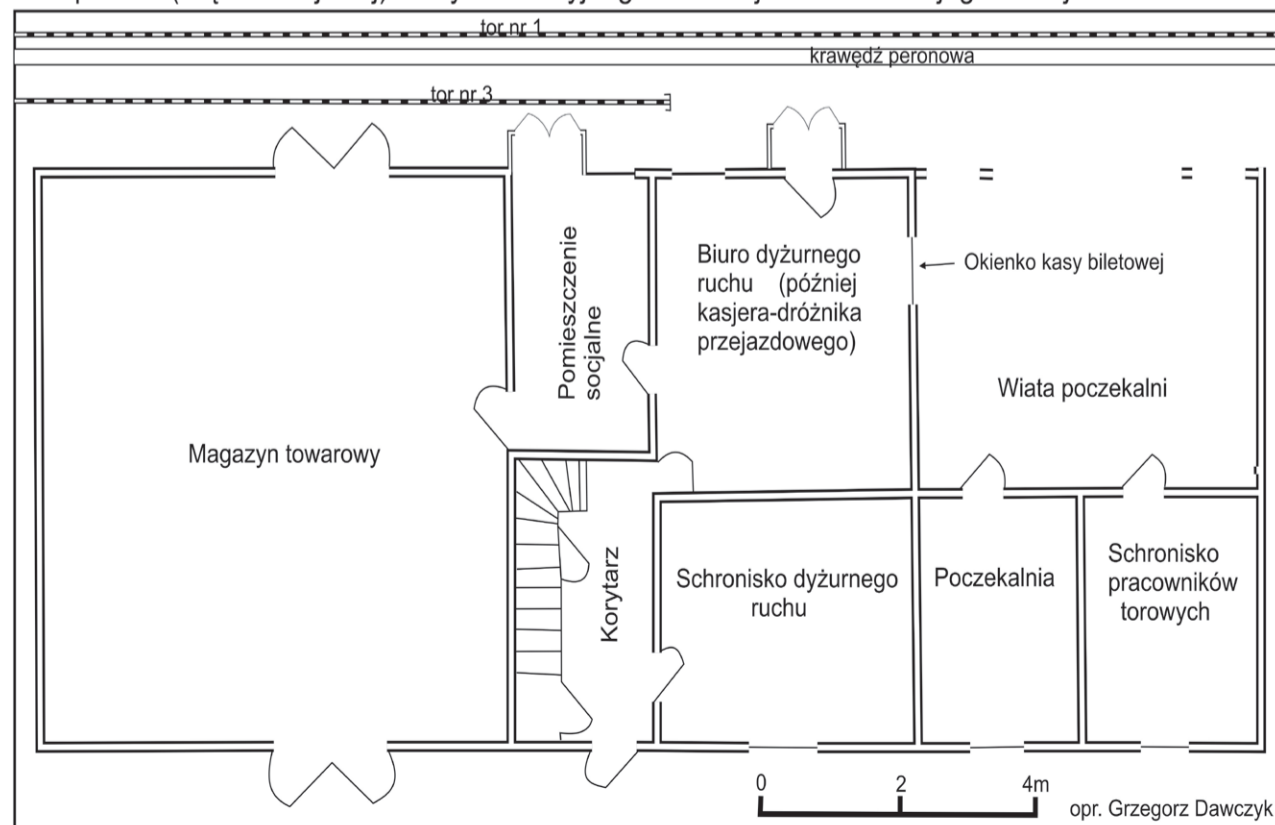
Front budynku przystanku osobowego Nowa Rola współcześnie fot. Grzegorz Dawczyk

w kierunku Tuplic) za pomocą mechanicznej windy znajdującej się na peronie, sprzedawał również bilety. Na stałe rezydował w dawnym biurze dyżurnego ruchu, którego nie powoływano ze względu na fakt powojennego zamknięcia stacji dla potrzeb techniczno-ruchowych. Urządzenia sterowania ruchem w postaci 4 dźwigni sygnałowych połączonych stalowymi linkami z dwuramiennymi semaforami kształtowymi, były jak najbardziej sprawne oraz co jakiś czas sprawdzane i konserwowane. Normalnie semafony wjazdowe (stacja nie posiadała wyjazdowych) były jednak unieważnione stale znajdując się w pozycji zamkniętej. Tarcze ostrzegawcze znajdujące się przed semaforami były stale unieruchomione, czyli nie miały przestawnych dysków. Informowały jedynie mecha-

ników, iż w drodze jest semafor, dlatego tym bardziej musieli prowadzący parowozy pilnować, jaki sygnał jest na nim pokazany. W przypadku manewrów pociągów bocznicowych czy zbiorowych na stacji w Nowej Roli, rozjazdy były przestawiane ręcznie przez pracowników stacji obsługującej przystanek, w tym przypadku Odcinka Drogowego w Lubsku. Szafka na klucze znajdowała się w biurze dawnego dyżurnego ruchu. Wobec unieważnienia semaforów wjazdowych do stacji, w ich pobliżu do czasu eksploatacji linii ustawione były wskaźniki W 16, czyli białe poziome tablice z trzema ukośnymi czarnymi pasami, informujące o odległości drogi hamowania przed przystankiem osobowym. (cdn.)

**Grzegorz Dawczyk**

Plan parteru (części kolejowej) budynku stacyjnego w Nowej Roli z okresu jego funkcjonowania w PKP



Dawne okienko kasy biletowej w Nowej Roli i bezcenne pamiątki po „kolejowych czasach” fot. Grzegorz Dawczyk

# Ważne dla pracujących w Niemczech

**Kurzarbeit: Co powinni wiedzieć zatrudnieni z Polski pracujący w Niemczech? Informacje na ten temat przygotowała Niemiecka Konfederacja Związków Zawodowych DGB. Poniżej najważniejsze zagadnienia, które dotyczą wielu mieszkańców terenów przygranicznych, którzy pracują po niemieckiej stronie granicy. Więcej informacji znaleźć można na stronie internetowej [sachsen.dgb.de](http://sachsen.dgb.de).**

## Czym jest Kurzarbeit?

W przypadku Kurzarbeit („krótka praca”) pracodawca skraca czas pracy. Jest to możliwe nawet do 100 procent w przypadku tak zwanej „Kurzarbeit 0”. Zatrudnieni otrzymują za ten okres wyrównanie od Federalnej Agencji Pracy ze środków ubezpieczenia na wypadek bezrobocia, tak zwany zasiłek z tytułu skróconego czasu pracy (Kurzarbeitergeld). Czyli skrócony czas pracy jest pewnego rodzaju „częściowym bezrobociem”.

## Jakie przestanki muszą być spełnione?

O Kurzarbeit mogą wnioskować wszystkie podmioty gospodarcze zatrudniające co najmniej jednego pracownika. Również firmy pracy tymczasowej. To nowość. Ważne jest, że musi nastąpić znaczny przestój, prowadzący do utraty zarobków. Przestój ten musi mieć przyczyny gospodarcze (brak kolejnych zleceń, brak surowców lub zbytu) lub być wywołany nieuniknionym wydarzeniem (powódź, zarządzania władz w kontekście koronawirusa).

Ważne: Przestój musi dotknąć co najmniej 10 % zatrudnionych.

## Jaka jest zaleta skróconego czasu pracy?

Zaletą Kurzarbeit jest to, że zachowasz swe miejsce pracy i otrzymasz wyrównanie w postaci zasiłku Kurzarbeitergeld.

wasz swe miejsce pracy i otrzymasz wyrównanie w postaci zasiłku Kurzarbeitergeld.

## Czy skrócony czas pracy obowiązuje również dla mnie jako pracownika przygranicznego?

Tak, jeżeli jesteś zatrudniony/zatrudniona z obowiązkowym ubezpieczeniem społecznym u pracodawcy w Niemczech i tym samym płacisz w Niemczech składki na ubezpieczenie na wypadek bezrobocia, to obowiązują Cię te same zasady, jak dla wszystkich innych zatrudnionych. Tym samym przysługuje Ci też zasiłek Kurzarbeitergeld.

Uwaga: jeżeli pracujesz w wymiarze zwalnającym z obowiązku ubezpieczenia (geringfügige Beschäftigung), to nie jesteś objęty/objęta skróconym czasem pracy. Patrz pytanie dotyczące wyjątków.

## Kto jest wyłączony z tej regulacji?

Zatrudnieni będący przez rozpoczęciem skróconego czasu pracy na urlopie lub otrzymujący zasiłek chorobowy, są wyłączeni z tej regulacji. Wykonujący Minijob są wyłączeni ze skróconego czasu pracy, ponieważ są wyłączeni z obowiązku ubezpieczenia społecznego.

## Czy pracodawca musi mnie o tym powiadomić, że chce wnioskować o skrócony czas pracy?

Tak. Jeżeli to Ciebie dotyczy, to musi Ci zapowiedzieć skrócony czas pracy. W tym celu z reguły zawierane jest porozumienie zakładowe między pracodawcą a radą zakładową.

Jeżeli w przedsiębiorstwie nie ma rady zakładowej, to pracodawca musi uzyskać deklarację zgody wszystkich pracowników, których dotyczy skrócony czas pracy. Czyli jeżeli Cię to dotyczy, musisz wyrazić zgodę.

Uwaga: Istnieje jednak też taka możliwość, że zgoda na skrócony czas pracy zapisana jest w Twojej umowie o pracę. Wtedy pracodawca może zarządzić skrócony czas pracy.

## Co ze stanem mojego konta czasu pracy?

Jeżeli w Twoim zakładzie istnieje regulacja o elastycznym czasie pracy, to musisz wykorzystać swój stan konta czasu pracy (godziny dodatnie), chyba że w układzie zbiorowym uregulowano in-

czej. Spytaj swoją radę zakładową lub związek zawodowy.

## Co z moim urlopem i niewykorzystanym urlopem z zeszłego roku?

Przystępujący Ci wymiar urlopu musi zostać rozplanowany na bieżący rok przed rozpoczęciem skróconego czasu pracy. Niewykorzystane urlopy z zeszłego roku musi zostać wykorzystane przed skróconym czasem pracy.

## Czy powinienem/powinnam zgodzić się na skrócony czas pracy?

Ponieważ dzięki skróconemu czasowi pracy utrzymanie zostaje miejsce pracy, zalecamy udzielenie zgody.

Uwaga: Jeżeli Twój pracodawca przedłoży Ci coś do podpisu, to ważne jest, by faktycznie chodziło o aneks do umowy o pracę dotyczący skróconego czasu pracy, a nie o kompletnie nową umowę o pracę. Dlatego: Nie podpisujcie żadnych umów znoszących czy zmieniających umowę o pracę, przedkładanych przez pracodawcę do podpisu z powodu kryzysu koronawirusa. W każdym przypadku poradzcie się najpierw w radzie zakładowej, w waszym związku zawodowym lub w poradni.

## Czym jest zasiłek z tytułu skróconego czasu pracy (Kurzarbeitergeld)?

Kurzarbeitergeld jest rekompensatą wypłacaną przez Federalną Agencję Pracy w trakcie skróconego czasu pracy. Ma przynajmniej częściowo zrekompensować utratę zarobków. Przyznawany będzie tylko za utracone godziny pracy.

## Ile wynosi zasiłek z tytułu skróconego czasu pracy?

Zasiłek Kurzarbeitergeld wynosi około 60 procent utraconego wynagrodzenia netto. Jeżeli w Twoim gospodarstwie domowym mieszka co najmniej jedno dziecko, to zasiłek ten wynosi około 67 procent utraconego wynagrodzenia netto. Uwaga: Istnieją układy zbiorowe przewidujące zwiększenie zasiłku z tytułu skróconego czasu pracy do nawet 90%. Spytaj radę zakładową lub swój związek zawodowy!

## Komu nie przysługuje zasiłek z tytułu skróconego czasu pracy?

Wypłata zasiłku Kurzarbeitergeld uzależniona jest od ubezpieczenia na wypadek bezrobocia. Czyli zatrudnieni, którzy nie wptaca-

ją do ubezpieczenia na wypadek bezrobocia, nie mogą też otrzymać zasiłku z tytułu skróconego czasu pracy. Należą do nich zatrudnieni poniżej limitu wynagrodzenia zwalnającego z obowiązku ubezpieczenia (geringfügig Beschäftigte, wykonujący Minijob), osoby samozatrudnione niezatrudniające pracowników oraz osoby o statusie urzędnika państwowego (Beamte). Jeżeli jesteś niezdolny/niezdolna do pracy i pobierasz zasiłek chorobowy, to również nie przysługuje Ci ten zasiłek.

## Czy sam/sama muszę wnioskować o zasiłek Kurzarbeitergeld?

Nie. Zasiłek z tytułu skróconego czasu pracy generalnie wnioskowany jest przez pracodawcę. Robi to w Federalnej Agencji Pracy.

## Kto wypłaca mi zasiłek Kurzarbeitergeld i jak długo się go pobiera?

Wypłaty dokonuje Twój pracodawca. Zasiłek jest ograniczony do 12 miesięcy. W przypadkach nadzwyczajnych okres ten może zostać przedłużony do 24 miesięcy.

## Czy w trakcie pobierania zasiłku z tytułu skróconego czasu pracy jestem objęty ubezpieczeniem społecznym?

Tak. Twoje członkostwo w ustawowym ubezpieczeniu zdrowotnym, pielęgnacyjnym i emerytalno-rentowym oraz na wypadek bezrobocia czy też w zakładowym ubezpieczeniu wypadkowym pozostaje bez zmian.

## Co się stanie, jeżeli podczas skróconego czasu pracy zachoruję?

Jeżeli podczas skróconego czasu pracy zachorujesz i staniesz się niezdolny do pracy, to nadal będziesz otrzymywał zasiłek Kurzarbeitergeld. A mianowicie tak długo, jak przysługiwałoby Ci wynagrodzenie chorobowe. Następnie będziesz otrzymywał zasiłek chorobowy. Patrz: [www.sachsen.dgb.de/cross-border-workers](http://www.sachsen.dgb.de/cross-border-workers)

## Co się stanie, jeżeli w trakcie skróconego czasu pracy doznam wypadku przy pracy lub w drodze do/z pracy?

Jeżeli w trakcie skróconego czasu pracy doznasz wypadku przy pracy lub w drodze do/z pracy, to nadal będziesz otrzymywał zasiłek z tytułu skróconego czasu pracy. A mianowicie tak długo, jak przysłu-

giwałoby Ci wynagrodzenie chorobowe. Następnie będziesz otrzymywał zasiłek powypadkowy z zakładu ubezpieczeń wypadkowych (Berufsgenossenschaft). Patrz: [www.sachsen.dgb.de/cross-border-workers](http://www.sachsen.dgb.de/cross-border-workers)

## Czy równolegle do skróconego czasu pracy mogę pracować gdzieś indziej?

Jeżeli przed skróconym czasem pracy miałeś/miałaś już dodatkową pracę, to możesz ją kontynuować. Dochód ten nie będzie potrącany od kwoty zasiłku z tytułu skróconego czasu pracy.

Jeżeli jednak podejmujesz nową pracę lub rozszerzasz dotychczasową pracę dodatkową, to uzyskane w ten sposób wynagrodzenie będzie w całości rozliczane z zasiłkiem z tytułu skróconego czasu pracy. Zasiłek ten odpowiednio się zmniejszy.

## Co wtedy gdy te pieniądze nie wystarczą?

Jeżeli dochód gospodarstwa domowego nie wystarcza już na pokrycie kosztów utrzymania, możesz wnioskować o świadczenia zabezpieczenia podstawowego. Powinieneś zasięgnąć porady na ten temat.

## Czy pracodawca może mnie zwolnić w trakcie skróconego czasu pracy?

Skrócony czas pracy ma zapobiegać zwolnieniom. Niestety wypowiedzenia z przyczyn dotyczących zakładu pracy nie są wykluczone.

**Uwaga:** Niniejsza publikacja zawiera ogólne informacje służące orientacji. Autorzy nie przejmują odpowiedzialności za poprawność wszystkich zawartych danych, które nie mogą być podstawą rozstrzygnięć prawnych. Stan: 23.3.2020.

## Poradnia dla zagranicznych pracowników w Saksonii

Leona Bláhová  
Tel.: +49 351 85092728  
[leona.blahova@babs-online.eu](mailto:leona.blahova@babs-online.eu)  
Języki: niemiecki, angielski  
Paulína Bukaiová  
Tel.: +49 351 85092729  
[paulina.bukaiova@babs-online.eu](mailto:paulina.bukaiova@babs-online.eu)  
Języki: niemiecki, słowacki, polski, czeski, angielski  
Paulina Krimmling  
Tel.: +49 341 68413085  
[paulina.krimmling@babs-online.eu](mailto:paulina.krimmling@babs-online.eu)  
Języki: niemiecki, polski, angielski

oprac. ATB

# Papier sportowy



Mateusz Duczmal  
fot. ARMG



Aleksander Sadowski  
fot. ARMG

**W internecie z braku emocji sportowych królują wyzwania i nominacje. Jedną z najbardziej popularnych jest żonglowanie papierem toaletowym.**

Piłkarze, działacze i kibice nagrywają filmiki z podbijania rolki papieru i zamieszczają na facebooku i instagramie. Zabawa cieszy się ogromnym powodzeniem, a niektórzy dedykują osiągnięcia swoim kolegom. Tak jak piłkarze Akademii Piłkarskiej Macieja Murawskiego, chcący w ten sposób podnieść na duchu Kajetana Lehmana, który od paru miesięcy zmaga się z chorobą. Koledzy, z którymi trenuje, zakładają koszulki z hasłem „Kajo czekamy”, by pokazać mu jak ważny jest dla ich drużyny. Olek Sadowski z Jasienia, Mateusz Duczmal z Lubska i Piotr Horożaniecki z Żar, który nominował swojego tatę, znanego sędziego piłkarskiego, także wzięli udział w zabawie i zadedykowali ją swojemu koledze z klubu. **KTO**



Paweł Horożaniecki z synem Piotrem fot. ARMG

# Koszykarze już nie zagrają

**KOSZYKÓWKA 19 marca Wydział Rozgrywek Departamentu Sportu Polskiego Związku Koszykówki poinformował, że zgodnie z Uchwałą Zarządu PZKosz wszystkie rozgrywki seniorskie organizowane przez Polski Związek Koszykówki, tj. I Liga Mężczyzn, I Liga Kobiet oraz II Liga Mężczyzn, zostają zakończone z dniem ogłoszenia.**

Utrzymana została kolejność w tabelach na dzień zawieszenia rozgrywek, tj. 12 marca. Tym samym drugoligowa drużyna BC Swiss Krono zakończyła tegoroczny sezon na trzecim miejscu. Niestety baraże nie zostaną rozegrane i w tym roku żaranie nie będą mieli szans na awans do 1.ligi.

- Oficjalnie sezon drugoligowy w koszykówce męskiej został przez Wydział Rozgrywek PZKosz zakończony. Czekamy na szczegółowe informacje odnośnie awansów i spadków z poszczególnych lig. Na dzisiaj możemy powiedzieć, że sezon zakończyliśmy na wysokim 3. miejscu w grupie D II Ligi - poinformował Tomasz Ostrowski, prezes BC Swiss



fot. Andrzej Buczyński

Chcieliśmy poprawić zeszłoroczny wynik i zejść znacznie wyżej.

Krono. - Oczekiwania na ten sezon były wysokie, chcieliśmy poprawić zeszłoroczny wynik i zejść znacznie wyżej w rozgrywkach play-off.

Drużyna była skonstruowana i przygotowana, że mogliśmy powalczyć o najwyższe cele - wielu znakomitych zawodników, szeroka ławka,

świetni młodzi zawodnicy, to wszystko miało nam dać w tym najważniejszych meczach sezonu możliwość grania na wysokiej intensywności z możliwością dużej rotacji zawodników.

Niestety plany koszykarzom pokrzyżował koronawirus i nie dokończą w tym roku rozgrywek.

- Sytuacja w kraju i na całym świecie zmieniła jednak wszystko i dzisiaj żyjemy innymi problemami, zdrowiem i życiem naszych najbliższych - mówi Tomasz Ostrowski. - Z naszej perspektywy, jako Zarządu Klubu, chcielibyśmy gorąco podziękować zawodnikom i trenerom za zaangażowanie i ciężką pracę, jako wykonali w tym sezonie, naszym kibicom i sympatykom za fantastyczny doping i tworzenie niepowtarzalnego klimatu Twierdzy Żary i na meczach wyjazdowych, brawo nasi ultrasi. Szczególne podziękowania dla naszych partnerów i sponsorów, którzy w tak trudnych chwilach są z nami i mamy zapewnienia, że pozostaną przy żarskiej koszykówce. Wierzę, że jako społeczeństwo poradzimy sobie z pandemią i że życie wróci do normalności, a my wszyscy będziemy mogli się znów cieszyć pięknem sportowych emocji - stwierdził Tomasz Ostrowski.

Tak więc koszykarzy do wakacji już nie zobaczymy na parkiecie. Pozostaje kibicom nadzieja, że następny sezon zostanie rozpoczęty według planu. **KTO**



Okazało się, że mecz rozegrany 8 marca był ostatnim spotkaniem tego sezonu w Żarach fot. Andrzej Buczyński

# Trenują indywidualnie

## PIŁKA NOŻNA

**Zawodnicy żarskiego Promienia, którzy w tym roku mieli bić się o awans, nie poddają się tak łatwo. Mimo zamkniętych boisk i obiektów sportowych trener rozpiął każdemu zawodnikowi treningi indywidualne, żeby podtrzymać formę zbudowaną w czasie okresu przygotowawczego.**

- Aktualnie zawodnicy dostali rozpiskę treningów indywidualnych na najbliższe tygodnie i każdy je realizuje według własnych możliwości - mówi Łukasz Czyżyk, trener Promienia Żary.

- To obowiązek, żeby jakoś tę formę podtrzymać, ciężko trenowaliśmy przez ponad dwa miesiące, teraz szkoda żeby ten wysi-

łek poszedł na marne, więc trener nakazał nam treningi indywidualne trzy razy w tygodniu - poinformował Bartek Suski, stoper Promienia. - Zalecenia trenera, mamy jakiś cel, więc musimy do tego podejść profesjonalnie, dobrze to wyglądało w okresie przygotowawczym, więc musimy to jakoś przetrwać.

Krzysiek Wiliński i Bartek Suski próbują trenować sami, ale nieraz partner do ćwiczeń jest potrzebny.

- Wiadomo, że to nie to samo, co trening z drużyną, ale jakoś musimy sobie radzić w tym trudnym okresie. Myślę, że jak każdy podejździe do tego jak należy, to na naszą ligę to powinno wystarczyć. Realizujemy głównie bieganie, elementy szybkości, trochę siły, to co można zrobić na świeżym powietrzu. Nic nadzwyczajnego. Prosty czterdziestominutowy trening, ale raz w tygodniu próbujemy gdzieś wejść na boisko, żeby było trochę kontaktu z piłką.

Zawodnicy uważają, że decyzja o zawieszeniu rozrywek była słuszna, ale bardzo



Krzysiek Wiliński i Bartek Suski próbują trenować sami fot. ARMG

chcą, żeby mecze się dobiły, bo szkoda ciężko przepracowanego okresu przygotowawczego.

- Nie wiem czy PZPN bie-

rze to pod uwagę, ale ciekawe rozwiązanie zaproponował trener Stilonu Gorzów - podzielić ligę na Grupę „Mistrzowską”

i Grupę „Spadkową” i grać. Myślę, że i awanse i spadki rozstrzygnęły by się na boisku - zdradza Bartek Suski. **KTO**

# Karate uprawiane online

## SPORTY WALKI

**W tych trudnych czasach, gdy rozporządzenie Ministra Zdrowia niemal z dnia na dzień zakazało uprawiania jakiegokolwiek sportu, z pomocą przyszedł internet i media społecznościowe.**

Sportowcy masowo zaczęli ćwiczyć online i trenować indywidualnie. Nie inaczej było z zawodnikami klubu Karate Kontra. Sensei Sebastian Końcowik prowadzi zajęcia zdalne, a karatecy chętnie w nich uczestniczą.

- Na facebooku mamy zarówno fanpage Klub Karate Kontra w Żarach, jak i grupę zamkniętą Klub Karate Kontra Klubowicze, które służą nam do szybkiej komunikacji między trenerami, zawodnikami i rodzicami, a także promocji i relacji z osiągnięć i działalności - mówi Sebastian Końcowik. - Ponieważ naszą aktywność musieliśmy ograniczyć jedynie do zajęć przez in-



Laura i Kacper Rudziewicz ćwiczą razem w domu fot. ARMG

ternet, we wtorki, czwartki i soboty spotykamy się na tzw. „live” i po prostu demonstruję im trening, tak jakby stali naprzeciw mnie. Sam widzę, ilu zawodników jest w czasie rzeczywistym. Mogę powiedzieć, że frekwencja dopisuje. Początkowo byłem pełen obaw, czy to zda egzamin, ale

my mamy tak kochane, zdyscyplinowane, żadne wiedzy i umiejętności dzieci i młodzież, że pomysł ten się sprawdza - twierdzi sensei.

Oprócz treningów online, trenerzy wysyłają zawodnikom krótkie, konkretne zadania do wykonania, bo jesienią czekają ich

mistrzostwa świata w Japonii.

- Mimo tych całych przeciwności wierzę, że formę uda się podtrzymać, a w pewnych aspektach nawet poprawić - mówi Sebastian Końcowik. - Pociągającym jest też pozytywny feedback, dzieci i młodzież przesyłają swoje zdjęcia, wyniki treningów i po-

stępy z powierzanych im zadań, chociaż wypadło nam dużo imprez. Teraz mieliśmy być na szkoleniu w Berlinie 27-29 marca, w kwietniu miały być ME w Szwajcarii seniorów i juniorów, gdzie miały startować Martyna Grajcar oraz Kamila Skałacka i ja sam, po zdobyciu MP w zeszłym roku w kata, chciałem jak dawniej powalczyć o medal na europejskich matach - dodaje.

Sebastian Końcowik jest jednak dobrej myśli.

- Mam co prawda nadzieję na udział w październikowych mistrzostwach świata w Japonii i ten sezon temu głównie miał być podporządkowany, ale czy to dać do skutku, czy impreza się odbędzie? Czy będzie za co jechać? To wszystko czas pokaże. Ludzie tracą pracę, możliwości zarobkowania, my sami znaleźliśmy się w bardzo złej sytuacji, bo mamy wysokie koszty stałe, jak wynajem sali, klub zatrudnia dwoje pełnoetatowych pracowników, a znaczną część naszego budżetu stanowią składki członkowskie, też wpływy z realizacji zajęć dodatkowych w przedszkolach, które teraz też się nie odbywają. Mamy jednak nadzieję, że razem przetrwamy ten trudny czas. **KTO**

**M**

**Zawsze warto**

27 marca - 2 kwietnia 2020

**Piątek**

**22:45 Jak Bóg da**  
TVP2 komedia, Włochy, 2015

Tommaso wraz z żoną Carlą i dwójką dorosłych już dzieci tworzy szczęśliwą rodzinę. Mężczyzna jest ateistą, lubiącym szczeniść się swoją otwartością na inność i progresywnym podejściem do rzeczywistości. Pewnego dnia jednak Tommaso dowiaduje się, że jego jedyny syn, Andrea, postanowił zostać księdzem. Mężczyzna wpada w szal i nie jest w stanie pogodzić się z decyzją chłopaka. Reżyserski debiut Edoardo Marii Falconego to lekka i dowcipna komedia bawiąca do łez, wysmiewająca przy tym ludzką hipokryzję.

**Sobota**

**20:00 Praktykant**  
TVN komedia obyczajowa, USA, 2015

Owdowiały 70-latek, Ben (Robert De Niro), nie czuje się dobrze w roli emeryta. Postanawia zmienić swoje nudne życie. Podejmuje decyzję, że wróci do pracy zawodowej. Zatrudnia się jako stażysta w redakcji portalu internetowego poświęconego modzie. Jego szefową jest młoda Jules (Anne Hathaway). Ben próbuje odnaleźć się w nowej sytuacji i udowodnić, że pomimo sędziwego wieku potrafi jeszcze osiągnąć niejedną życiową sukces. Odtwórcą postaci Bena jest laureat dwóch Oscarów, Robert De Niro.

**Niedziela**

**20:00 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii**  
TVP2 film fantasy, Nowa Zelandia, USA, 2014

Thorin Dębowa Tarcza, hobbit Bilbo oraz ich towarzysze odzyskują skarb Ereboru, który był strzeżony przez potężnego smoka Smauga. Dowódca kompanii krasnoludów nie potrafi oprzeć się bogactwu. Poświęca przyjaźń i honor, by się nim napawać. Na domiar złego pod Samotną Górą zjawiają się wojska elfów oraz ludzi, którzy zamierzają przejąć część złota krasnoludów w ramach rekompensaty za straty poczynione przez smoka. Bestia przez lata pustoszyła okolice i niszczyła należące do nich osady.

**Poniedziałek**

**22:15 Faceci w czerni 3**  
POLSAT komedia sf, USA, 2012

Z więzienia o zastraszonym rygorze znajdującego się na Księżycu ucieka diaboliczny kosmita Boris zwany Bestią. Zbieg przez ostatnie czterdzieści lat żył żądzą zemsty na człowieku, który go aresztował. Miał dostatecznie dużo czasu, by ułożyć sobie plan zbrodni doskonałej. Teraz uciekinier wprowadza swoje mordercze zamysły w życie. Cofa się do roku 1969, by zabić młodego agenta K. Początkowo wszystko przebiega zgodnie z założeniami i udaje mu się osiągnąć cel. Wkrótce jednak napotka problemy.

**Wtorek**

**22:45 Inwazja: Bitwa o Los Angeles**  
POLSAT film sf, USA, 2011

Do Ziemi zbliża się rój meteorów. Naukowców zaskakuje fakt ich nagłego pojawienia się, jednak są przekonani, że mają do czynienia z potężnym kataklizmem. Gigantyczne obiekty uderzają równocześnie w największe miasta świata. Staje się jasne, że to inwazja kosmitów. Od lat dokumentowano przypadki pojawienia się UFO w różnych częściach świata. Niewyraźne znaki uchwycone w obiektywie kamer i aparatów w jednej chwili okazują się zapowiedzią zagłady.

**Środa**

**00:00 Mroczny sekret niani**  
TVP1 thriller, USA, 2018

Elise (Michelle Borth) szuka wykwalifikowanej opiekunki do swoich dzieci. Jej wybór pada na Amber (Olesya Rulin). Dziewczyna ma bowiem doskonale referencje i szybko nawiązuje kontakt z małotletni. Wkrótce niania i gospodarz domu, Brian (Antonio Cupo), wdają się w romans. Mężczyzna nie traktuje poważnie relacji z Amber, dla niej jednak to coś więcej niż tylko przelotna znajomość. Wciąż wspomina namiętną noc spędzoną z mężem swym pracodawczyni. Postanawia odebrać Briana żonie.

**Czwartek**

**23:10 Zakładnik z Wall Street**  
POLSAT film kryminalny, USA, 2016

Lee Gates (George Clooney), zwany „guru Wall Street”, jest gospodarzem popularnego programu telewizyjnego, w którym doradza ludziom, jak i w co inwestować pieniądze. Producentką show jest Patty Fenn (Julia Roberts). Pewnego dnia w studiu nadawanego na żywo programu niespodziewanie pojawia się Kyle Budwell (Jack O'Connell). Okazuje się, że za sprawą wskazówek Lee, stracił on na giełdzie wszystkie swoje oszczędności.

piątek 27 marca							
TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej	05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial	04:40 Uwaga! - magazyn	06:00 Nowy dzień z Polsat News	07:00 Afisz kulturalny	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny	05:00 Szkoła - obyczajowy	06:00 Strażnik Teksasu
05:35 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny	06:05 Anna Dymna - spotkamy się - Lech Stoltman	05:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy	09:00 Malanowski i Partnerzy	07:20 Teledyski	07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy	06:00 Mango telezakupy	08:00 Nasz Nowy Dom
06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019	06:35 Familiada - teleturniej	05:55 Doradca smaku	10:00 Sekrety rodziny	08:00 Informacje kulturalne	07:35 Zakochani po uszy - serial obyczajowy	07:35 Zakochani po uszy - serial obyczajowy	09:00 Sekrety Sąsiadów
07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017	07:05 Przepis dnia	06:00 Wstajesz i wiesz	11:00 Dlaczego ja?	08:20 Studio Kultura	08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy	08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy	09:30 Demakijaż
08:00 Wiadomości	07:15 Pytanie na śniadanie	08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn	12:00 Gliniarze	08:40 Finity Calling - film animowany	11:20 Idealna niania - program obyczajowy	11:20 Idealna niania - program obyczajowy	10:00 Przez żołądek do serca
08:10 Pogoda poranna	11:35 The Voice Kids	11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy	14:00 Pierwsza miłość	09:05 Sól ziemi czarnej - dramat, prod. Polska, 1969, reż. Kazimierz Kutz, wyk. Olgiard Łukaszewicz, Jan Englert, Jerzy Bińczycki, Jerzy Cnota, Wiesław Dymny, Bernard Krawczyk, Andrzej Wilk, Antoni Zwyrtak, Izabella Kozłowska, Jerzy Łukaszewicz	12:10 Sąd rodzinny - program sądowy	12:10 Sąd rodzinny - program sądowy	10:30 Demakijaż
08:15 Kwadrans polityczny	12:35 Koło fortuny - teleturniej	12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy	14:45 Dlaczego ja?	11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP	13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy	13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy	11:00 Awantura o kasę
08:40 Mister Twister	13:10 Va Banque - teleturniej	13:15 Szpital - program obyczajowy	15:50 Wydarzenia	12:20 Karol Szymanowski	14:15 Szkoła - obyczajowy	14:15 Szkoła - obyczajowy	13:00 Magicy z ulicy
09:20 Hotel pod żyrafą i nosorożcem - serial TVP	13:40 Na sygnale - serial fabularny prod. TVP	14:15 Detektywi	16:10 Pogoda	13:00 Moby Dick - dramat, prod. USA, 1956	15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy	15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy	13:30 STOP Drogówka - magazyn
10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP	14:10 Nabożeństwo święta Purim 2020	15:25 Jak to jest zrobione	16:30 Na ratunek 112	14:50 Śladami wielkich kompozytorów - Śladami Liszta - film dokumentalny, prod. Francja, 2012	16:15 19+ - obyczajowy	16:15 19+ - obyczajowy	14:30 Emil pogromca mandatów
11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP	15:05 Koło Fortuny - teleturniej	16:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy	17:00 Gliniarze	15:45 Pojedynki stulecia	16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska	16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska	15:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska
12:00 Wiadomości	15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial	18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy	18:00 Wydarzenia		18:00 Szkoła - obyczajowy	18:00 Szkoła - obyczajowy	16:00 Słoneczny patrol
12:15 Agrobiznes	17:10 Więzień miłości	19:00 Fakty	19:20 Sport		19:00 Projekt Lady	19:00 Projekt Lady	18:00 Sekrety Sąsiadów
12:30 Agropogoda - magazyn	18:00 Panorama	19:25 Uwaga! koronawirus	19:25 Pogoda		20:00 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie	20:00 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie	19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska
12:35 Magazyn Rolniczy	16:35 Familiada - teleturniej	19:49 Raport smogowy	19:30 Świat według Kiepskich		21:00 Ślub od pierwszego wejrzenia	21:00 Ślub od pierwszego wejrzenia	20:00 Gwiazdy Kabaretu
12:50 Natura w Jedynce - Peru - kraina skrajności. Wybrzeża Pacyfiku - cykl dokumentalny	18:20 Pogoda	19:50 Uwaga! - magazyn	20:05 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami				21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial obyczajowy
<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>	<b>KOMEDIA</b>	<b>FILM AKCJI</b>	<b>FILM OBYCZAJOWY</b>	<b>SERIAL PRZYGDOWY</b>	<b>FILM OBYCZAJOWY</b>	<b>FILM AKCJI</b>
14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017	19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP	20:00 Sekretne życie zwierząt domowych - film komedia Japonia, USA, Francja, 2016, reż. Chris Renaud, Yarrow Cheney, wyk. Louis C.K., Eric Stonestreet, Kevin Hart, Albert Brooks	23:10 Predatorzy - film akcji USA, 2010, reż. Nimród Antal, wyk. Alice Braga, Brody Adrien, Grace Topher, Laurence Fishburne, Taktarov, Oleg, Trejo Danny	16:10 Awantura o Basię - film obyczajowy	10:00 Zaklinaczka duchów - serial obyczajowy	22:00 Nad morzem - film obyczajowy, Francja, USA, 2015	23:05 Jestem numerem cztery - film prod. USA, Indie, 2011, reż. Caruso D.J., wyk. Agnon Dianna, Olyphant Timothy, Pettifer Alex
15:00 Wiadomości	19:55 Przepis dnia	21:55 To - film horror, USA, Kanada, 2017, reż. Andy Muschietti, wyk. Jaeden Martell, Jeremy Ray Taylor, Sophia Lillis, Finn Wolfhard, Bill Skarsgard	01:40 Tajemnice losu - program ezoteryczny	18:00 Reżyserzy - William Wyler - cykl dokumentalny, prod. USA, 2018	12:00 Kobra - oddział specjalny - serial obyczajowy	00:40 Ostatnia rola - film obyczajowy, prod. USA, 2013, reż. Richard Glatzer, Wash Westmoreland, wyk. Susan Sarandon, Kevin Kline, Dakota Fanning, Sean Flynn, Bryan Batt	01:25 STOP Drogówka - magazyn
15:10 Pogoda	20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP	04:00 Kuba Wojewódzki - talk show	04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska	18:55 Zaginionie Skarby - film	14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska	02:30 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	02:25 Interwencja - magazyn
15:15 Alarm! - magazyn	20:45 Star Voice. Gwiazdy Mają Głos! - program rozrywkowy	01:45 Uwaga! - magazyn prod. Polska	05:40 Teledyski TV Okazje	19:10 Tygodnik Kulturalny	20:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy prod. Polska		02:40 Disco Polo Life
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej	22:45 Jak Bóg da - komedia, prod. Włochy, 2014, reż. Edoardo Maria Falcone, wyk. Marco Giallini, Alessandro Gassman, Laura Morante			20:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny	22:05 Bodyguard zawodowiec		03:40 TOP 10 Lista Przebojów
16:05 Przysięga - serial	00:20 Podróż na sto stóp - komedia, prod. Indie, USA, Zjednoczone Emiraty Arabskie, 2014			20:30 Wieczór kinomana - Wstęp do filmu	00:20 Połączenie niesamowite!		
17:00 Teleexpress	02:35 Fighter - film obyczajowy, prod. USA, 2010			20:35 Wieczór kinomana - Środki kraj - film fabularny, prod. Australia	03:10 Niesamowite!		
17:25 Jaka to melodia?	04:25 Zakończenie			22:35 Czarodziejka zza kulis, prod. Belgia, 2016	03:55 Na jedwabnym szlaku		
18:00 Klan - telenowela TVP				00:15 Tygodnik Kulturalny			
18:30 Korona królów				01:05 Teraz animacje!			
18:55 Jeden z dziesięciu				01:30 Ucieczka gangstera - film akcji, prod. USA, 1972			
19:30 Wiadomości							
20:10 Alarm! - magazyn							
20:30 Piłka nożna							
22:55 Za ciemem - film fabularny							
00:35 Zawód: Amerykanin							
01:40 Kompania X - serial							
02:35 Magazyn kryminalny							



## sobota

28 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
<p>05:15 Klan - telenowela TVP</p> <p>06:25 Sprawa dla reportera</p> <p>07:20 Rok w ogrodzie</p> <p>07:45 Rok w ogrodzie Extra - magazyn</p> <p>08:00 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych</p> <p>08:25 Wojsko - polskie.pl</p> <p>08:50 Studio Raban</p> <p>09:20 Rodziny ekspres - Szczerza spowiedź - magazyn</p> <p>09:45 40 karabinów - western, prod. USA, 1967, reż. William Witney, wyk. Audie Murphy</p> <p>11:30 Dziewczyny ze Lwowa - serial obyczajowy TVP</p> <p>12:30 Fascynujący świat - Splendor Festiwalu Filmowego w Cannes</p> <p>13:35 Okrasa łamie przepisy - Kuchnia dla morsa</p> <p>14:05 Z pamięci - Jerzy Stajuda</p> <p>14:15 Jak to działa - magazyn</p>	<p>04:35 Koło fortuny</p> <p>05:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP</p> <p>06:20 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP</p> <p>07:15 Pytanie na śniadanie</p> <p>11:25 Ostoja - magazyn przyrodniczy</p> <p>11:55 Star Voice. Gwiazdy Mają Głos! - program rozrywkowy</p> <p>14:00 Familiada - teleturniej</p> <p>14:35 Koło fortuny</p> <p>15:15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko</p> <p>16:25 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP</p> <p>16:55 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP</p> <p>17:50 Dla niesłyszanych - Słowo na niedzielę</p> <p>18:00 Panorama</p> <p>18:25 Pogoda</p> <p>18:35 Echo serca - serial TVP</p> <p>19:30 Łajki!</p> <p>20:00 Dance Dance Dance</p>	<p>04:50 Uwaga! - magazyn</p> <p>05:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>06:00 Wstajesz i wiesz</p> <p>08:00 Dzień Dobry TVN</p> <p>11:30 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska</p> <p>13:20 MasterChef Junior</p> <p>14:55 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>16:00 Dorota inspiruje</p> <p>17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>18:00 36, 6 - obyczajowy</p> <p>19:00 Fakty</p> <p>19:20 Uwaga! koronawirus</p> <p>19:30 Sport</p> <p>19:40 Pogoda</p> <p>19:44 Raport smogowy</p> <p>19:45 Uwaga! - magazyn</p>	<p>06:00 Nowy dzień z Polsat News</p> <p>08:30 Scooby-Doo! WrestleMania: Tajemnica ringu</p> <p>10:05 Ewa gotuje</p> <p>10:35 Disco Polo</p> <p>11:40 Fałszywa dwunastka - komedia familijna, USA, 2003, reż. Levy Shawn, wyk. Steve Martin, Bonnie Hunt, Perabo Piper, Welling Tom, Hilary Duff, Schmidt Kevin</p> <p>13:20 The Four. Bitwa o Sławę</p> <p>15:45 Kabaret na żywo. Przystanek Radość</p> <p>17:50 Chłopaki do wzięcia</p> <p>18:50 Wydarzenia</p> <p>19:20 Sport</p> <p>19:25 Pogoda</p>	<p>07:00 Teledyski</p> <p>07:15 Zimy zał - Piosenki Jerzego Przybory i Jerzego Wasowskiego</p> <p>08:05 Informacje kulturalne</p> <p>08:35 Serialowa nostalgia - Wojna domowa</p> <p>09:10 Esterhazy - film animowany, prod. Polska, Niemcy, 2009</p> <p>09:35 Brzemie - film animowany, prod. Szwecja, 2017</p> <p>09:55 Scena Klasyczna - Agata Zubel - koncert</p> <p>10:50 Dokument tygodnia - Bracia Roca na tureckim szlaku - film dokumentalny, prod. Hiszpania, 2016</p> <p>12:30 Janio Wodnik - film obyczajowy, reż. Jan Jakub Koliski, wyk. Franciszek Pieczka, Grażyna Błęcka Kolska, Bogusław Linda, Katarzyna Aleksandrowicz</p>	<p>05:30 Czynne całą dobę</p> <p>06:00 Na wariackich papierach</p> <p>07:00 Taki jest świat - program informacyjny</p> <p>07:50 Bibliotekarze</p> <p>08:45 Przygody Merliny Młody czarodziej przybywa do Camelotu i ukrywa swoje zdolności, gdyż bezwzględny król, Uther Pendragon, tępi wszelką magię.</p> <p>09:40 13 Posterunek 2</p> <p>10:10 Reporterzy</p> <p>Z życia wzięte</p> <p>Akcja serialu rozgrywa się w Barczynie - niewielkiej miejscowości powiatowej, która skrywa wiele tajemnic. Od niedawna działa tam redakcja portalu informacyjnego.</p> <p>15:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy</p>	<p>04:55 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>05:55 Mango - teledzupki</p> <p>07:55 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>09:55 Hotel Paradise</p> <p>12:50 Dziewczyny z drużyny V: Walcz do końca - film komedia, USA, 2009, reż. Bille Woodruff, wyk. Christina Milian, Vanessa Born, Cody Longo, Gabrielle Dennis, Rachele Smith</p> <p>14:55 Mimzy: Mapa czasu - film przygodowy, USA, 2007, reż. Robert Shaye, wyk. Chris O'Neill, Rhiannon Leigh Wryn, Joely Richardson, Timothy Hutton, Rainn Wilson, Michael Clarke Duncan</p> <p>17:00 Piraci z Karaibów: Kłątwa czarnej perły - film przygodowy, USA, 2003, reż. Gore Verbinski</p>	<p>06:00 Przygody Kota w butach</p> <p>06:55 101 dalmatyńczyków</p> <p>08:55 Galileo</p> <p>11:00 Święty</p> <p>13:00 Merlin i księża bestii</p> <p>14:55 STOP Drogówka</p> <p>16:00 Policjantki i Policjanci</p> <p>19:00 Galileo</p> <p>20:00 Policjantki i Policjanci</p> <p>Dynamiczny, pełen zwrotów i suspense serial obyczajowy opowiada historię dwóch oddziałów patrolujących ulice współczesnego Wrocławia. Piłkackie meliny, zaprzyżądzone podwórka, złodziejskie mety - odważna ekipa pojawia się w najgorszych zakamarkach miasta, by poznać mroczną rzeczywistość.</p> <p>22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial</p>
<p>SERIAL OBYCZAJOWY</p> <p>14:50 Stulecie Winnych - serial TVP</p> <p>15:50 To był rok!</p> <p>17:00 Teleexpress</p> <p>17:15 Pogoda</p> <p>17:25 Jaka to melodia?</p> <p>18:25 Postaw na milion</p> <p>19:30 Wiadomości</p> <p>20:10 Alarm! - magazyn</p> <p>20:35 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP</p> <p>21:30 Hit na sobotę - Casino Royale - film sensacyjny, prod. USA, 2006, reż. Martin Campbell, wyk. Daniel Craig</p> <p>00:05 Ucieczka gangstera - film sensacyjny</p> <p>02:00 Jaka to melodia?</p> <p>03:55 Moda - prawdziwe koszty - dokumentalny</p>	<p>FILM KRYMINALNY</p> <p>22:35 Trójkat Bermudzki - film kryminalny, prod. Polska, 1987, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Marian Kociniak, Jan Peszek, Grażyna Trela, Leonard Pietraszak, Barbara Sołtyś, Maria Probosz, Jan Jankowski</p> <p>00:20 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - film fantasy, prod. Nowa Zelandia, prod. USA, 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Luke Evans, Evangeline Lilly</p> <p>02:45 Zakończenie dnia</p>	<p>KOMEDIA</p> <p>20:00 Praktykant - film komedia, USA, 2015, reż. Nancy Meyers, wyk. Robert e Niro, Anne Hathaway, Rene Russo, Anders Holm, Adam DeVine</p> <p>22:40 Tin Cup - film komedia, USA, 1996, reż. Ron Shelton, wyk. Kevin Costner, Rene Russo, Don Johnson, Cheech Marin, Linda Hart</p> <p>01:25 Annabelle: Narodziny zła - film horror, prod. USA, 2017, reż. David F. Sandberg, wyk. Anthony LaPaglia, Samara Lee, Miranda Otto, Brian Greenquist, Lulu Wilson</p> <p>03:45 Noc magii</p>	<p>SERIAL KOMEDIOWY</p> <p>19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska</p> <p>20:05 The Four. Bitwa o Sławę</p> <p>22:10 Twoja Twarz Brzmi Znajomo</p> <p>00:10 Uniwersalny żołnierz: Dzień odrodzenia - film akcji, USA, 2012, reż. John Hyams, wyk. Adkins Scott, Andrei Arlovski, Jean-Claude Van Damme John, jeden z uniwersalnych żołnierzy-robotów, budzi się ze śpiączki. Mężczyzna dowiadyuje się, że został ciężko ranny.</p> <p>02:45 FEN Lublin</p> <p>03:55 Disco Gramy</p>	<p>DRAMAT</p> <p>14:25 Blanka - dramat, prod. Włochy, Filipiny</p> <p>15:50 Szlakiem Kolberga</p> <p>16:25 Wydarzenie aktualne</p> <p>16:45 Retro kino - Miasto bezprawia - western</p> <p>18:30 Baletownik - magazyn</p> <p>18:35 Portrety Komitetu Honorowego</p> <p>17. Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina</p> <p>18:50 Stevie Wonder</p> <p>20:00 Informacje kulturalne</p> <p>20:30 Bilet do kina - Zakończony Szekspir</p> <p>22:40 Pearl Jam - Let's Play Two - koncert</p> <p>00:50 Seans kultowy - Kierowca - fabularny</p>	<p>DRAMAT</p> <p>20:00 Mocne sobotnie kino: Umysł przestępcy - dramat</p> <p>Wspomnienia i umiejętności zmarłego agenta CIA zostają wszczęte skazańcami, by mógł dokończyć jego misję.</p> <p>22:05 Angielska robota</p> <p>00:30 Everly</p> <p>03:05 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska</p> <p>04:00 Menu na miarę</p> <p>04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny</p> <p>05:00 Dyżur - serial dokumentalny</p>	<p>FILM PRZYGDOWY</p> <p>20:00 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson, Rupert Grint, Brendan Gleeson, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Ralph Fiennes, Miranda Richardson, Robert Pattinson</p> <p>23:20 Mroczne cienie - film komedia, USA, Australia, 2012, reż. Tim Burton, wyk. Johnny Depp, Michelle Pfeiffer, Helena Bonham Carter, Eva Green, Jonny Lee Miller, Christopher Lee</p> <p>01:40 Druga strona medalu</p>	<p>FILM AKCJI</p> <p>00:05 Konwój - film akcji, USA, 1978, reż. Peckinpah Sam, wyk. Ernest Borgnine, Kristofferson Kris, MacGraw Ali</p> <p>Opowieść z niezapomnianymi postaciami wielkich ciężarówek i jednocześnie najbardziej kasowy film kontrowersyjnego reżysera Sama Peckinpaha, słynącego z mocnych scen nieopozbawionych głębszego przesłania związanego z takimi wartościami jak przyjaźń, poświęcenie, honor, odwaga.</p> <p>03:25 Interwencja - magazyn prod. Polska</p> <p>03:40 TOP 10 Lista Przebojów</p>

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

## niedziela

29 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
<p>05:15 Klan - telenowela TVP</p> <p>06:05 Słownik polsko@polski</p> <p>06:35 Wojsko - polskie.pl</p> <p>07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia</p> <p>08:00 Tydzień</p> <p>08:30 Zakochaj się w Polsce</p> <p>09:05 Ziarno - Droga Krzyżowa - osoby spotkane przez Pana Jezusa</p> <p>09:40 Las bliżej nas - magazyn</p> <p>10:15 Noce i dnie - serial TVP</p> <p>11:20 Kłasztorne smaki</p> <p>Remigiusza Rączki a niebem - magazyn</p> <p>12:00 Anioł Pański</p> <p>12:15 Między ziemią a niebem - magazyn</p> <p>12:50 Program katolicki</p> <p>13:15 Czołówka BBC</p> <p>13:15 BBC w Jedyńce</p> <p>14:10 Tyłówka BBC</p> <p>14:15 Z pamięci</p> <p>14:25 Weterynarze z sercem</p>	<p>04:30 Dla niesłyszanych - Słowo na niedzielę - Spóźnienie Jezusa czyli Twoja strona medalu</p> <p>04:40 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP</p> <p>06:20 Dla niesłyszanych - M jak miłość - serial TVP</p> <p>07:15 Pytanie na śniadanie</p> <p>11:15 Dance Dance Dance</p> <p>14:00 Familiada - teleturniej</p> <p>14:35 Koło fortuny - teleturniej</p> <p>15:15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko</p> <p>16:20 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP</p> <p>16:50 Lepsza połowa - serial TVP</p> <p>17:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP</p> <p>18:00 Panorama</p> <p>18:20 Pogoda</p> <p>18:30 Na dobre i na złe - serial TVP</p> <p>19:25 Na sygnale - serial</p>	<p>04:50 Uwaga! - magazyn</p> <p>05:05 Kuchenne rewolucje - program kulinarny</p> <p>06:00 Wstajesz i wiesz</p> <p>08:00 Dzień Dobry TVN</p> <p>11:30 Efekt Domina - magazyn</p> <p>12:05 Co za tydzień - magazyn</p> <p>12:35 Kod genetyczny</p> <p>13:35 Ameryka Express</p> <p>15:10 Człowiek przyszłości - dokument</p> <p>16:10 Sekretne życie zwierząt domowych - film komedia, Japonia, USA, Francja, 2016, reż. Chris Renaud,</p> <p>18:00 Dorota inspiruje</p> <p>19:00 Fakty</p> <p>19:20 Uwaga! koronawirus</p> <p>19:30 Sport</p> <p>19:40 Pogoda</p> <p>19:44 Raport smogowy</p> <p>19:45 Uwaga! - magazyn</p> <p>20:00 MasterChef Junior</p>	<p>06:00 Nowy dzień z Polsat News</p> <p>08:45 Przygody Kota w butach</p> <p>09:10 Potwory kontra Obcy - USA, 2009, reż. Conrad Vernon, Rob Letterman</p> <p>Susan Murphy to nowoczesna dziewczyna z Kalifornii, która podczas swojego wymarzonego ślubu zostaje uderzona przez... meteor, co powoduje że roślinie do niewiarygodnych rozmiarów 49 stop.</p> <p>11:20 Klik i robisz, co chcesz</p> <p>Architekt Michael Newman skupia się przede wszystkim na pracy. Zaniedbuje swoją rodzinę: piękną i kochającą żonę Donnę oraz dwoje dzieci. Jednak mężczyzna liczy na to, że jego szef Ammer w końcu go doceni.</p>	<p>07:00 Teledyski</p> <p>07:45 Informacje kulturalne</p> <p>08:20 Serialowa nostalgia - Wszystkie stworzenia duże i małe - Wzloty i upadki - serial</p> <p>09:20 Od ucha do ucha - Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką - Młodzi artyści - cykl dokumentalny</p> <p>10:30 Od ucha do ucha - Cracovia Danza - Balet o kawie - widowisko</p> <p>11:30 Trzeci punkt widzenia</p> <p>12:10 Dziewczyny do wzięcia</p> <p>13:10 Mężczyźni wóla blondynki - musical</p> <p>14:50 Rewizor - spektakl</p> <p>16:45 Zaginione Skarby - Autoportret Annibale Carracci - film</p> <p>17:00 Niedziela z... Teatrem Wielkim</p> <p>17:50 Niedziela z... - Halka</p> <p>20:20 Informacje kulturalne</p>	<p>06:00 Tajemnice medycyny</p> <p>07:05 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy</p> <p>09:05 Zandarm z Saint-Tropez</p> <p>Nerwowi i surowi sierzant zostaje przydzielony do posterunku policji w Saint-Tropez. Postanawia pozbyć się nudy - cykl dokumentalny</p> <p>11:10 Goście w Ameryce</p> <p>13:20 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Niedźwiedzia skórka</p> <p>14:30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Jaś i Małgosia</p> <p>15:45 Alicja w Krainie Czarów</p> <p>17:55 Trener bardzo osobisty</p> <p>Były gwiazdor piłki nożnej powraca do domu, by odbudować relacje z synem.</p>	<p>05:00 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>06:00 Mango - teledzupki</p> <p>08:00 Ukryta prawda - program obyczajowy</p> <p>10:10 Hotel Paradise</p> <p>11:15 Hotel Paradise - Rajske Rozdanie</p> <p>12:15 Zakochani po uszy - serial, Polska</p> <p>14:35 Projekt Lady</p> <p>15:40 Ślub od pierwszego wejrzenia</p> <p>16:45 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson, Rupert Grint, Brendan Gleeson, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Ralph Fiennes, Miranda Richardson, Robert Pattinson, Clémence Poésy, Jason Isaacs</p>	<p>06:00 Przygody Kota w butach</p> <p>06:55 101 dalmatyńczyków</p> <p>08:30 Poszukiwaczce Bursztynowej Kopalni</p> <p>10:50 Galileo</p> <p>12:55 Gwiazdy Kabaretu Bibliotekarz II: Tajemnice kopalni króla Salomona</p> <p>Przygody Flynnn'a Carsena, młodego pracownika niezwykłej Biblioteki Metropolitannej, w której prechowywane są takie skarby jak puszcza Pandory, Arka Przymierza czy Excalibur. Badając pewien starożytny egipski zwój, bibliotekarz odkrywa, że był on własnością króla Salomona. Czy pod postacią tajemniczych znaków kryje się mapa do legendarnych kopalni króla?</p> <p>17:00 Quest - film akcji, USA, 1996, reż. Van Damme Jean-Claude, wyk. Jean-Claude Van Damme, Moore Roger, Remar James, Gunn Janet</p> <p>19:00 Galileo</p> <p>20:00 Jestem numerem cztery</p> <p>Skrzydlate świni</p> <p>Opowieść o grupie „Ultrasów”, którzy podczas meczów są najbardziej doniosłą i aktywną grupą dopingujących.</p> <p>00:30 Kobiety i mafia</p> <p>02:30 Graffiti</p> <p>02:40 Disco Polo Life - program rozrywkowy</p> <p>03:40 TOP 10 Lista Przebojów</p>
<p>SERIAL KRYMINALNY</p> <p>15:05 Komisarz Alex - serial kryminalny prod. TVP</p> <p>16:05 Postaw na milion</p> <p>17:00 Teleexpress</p> <p>17:20 Pogoda</p> <p>17:30 Ośmiu wspaniałych</p> <p>18:30 Jaka to melodia?</p> <p>19:30 Wiadomości</p> <p>20:05 Pogoda</p> <p>20:15 Stulecie Winnych - serial TVP</p> <p>21:15 To był rok!</p> <p>22:20 Zakochana Jedyńka - Wszyscy moi mężczyźni - komedia</p> <p>00:10 Casino Royale - film sensacyjny, prod. USA, 2006</p> <p>02:40 Jaka to melodia?</p> <p>03:35 Bohaterowie z Jamestown - film</p>	<p>FILM FANTASY</p> <p>20:00 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii - film fantasy, prod. Nowa Zelandia, USA, 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Luke Evans, Evangeline Lilly</p> <p>22:30 Kino bez granic - Selma - dramat, prod. USA, Wielka Brytania, 2014, reż. Ava DuVernay, wyk. David Oyelowo</p> <p>00:45 Niezapomniany romans - dramat, prod. USA, 1957</p> <p>02:50 Trójkat Bermudzki - film kryminalny, prod. Polska, 1987</p> <p>04:20 Zakończenie dnia</p>	<p>FILM SENSACYJNY</p> <p>21:30 Tożsamość - film sensacyjny, USA, Kanada, Niemcy, Francja, Japonia, Wielka Brytania, 2011, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Diane Kruger, January Jones</p> <p>Doktor Martin Harris budzi się po wypadku samochodowym w Berlinie i odkrywa, że żona go nie rozpoznaje, a jego tożsamość przyjął inny mężczyzna.</p> <p>23:55 Motyw - serial, Polska</p> <p>00:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy</p> <p>01:55 Uwaga! - magazyn</p>	<p>KOMEDIA</p> <p>13:45 Shrek 2</p> <p>Shrek, Osioł i księżniczka Fiona przeżywają kolejne niesamowite przygody, napotykając na swojej drodze niezliczone postaci z bajek.</p> <p>15:45 Twoja Twarz Brzmi Znajomo</p> <p>17:40 Nasz Nowy Dom</p> <p>18:50 Wydarzenia</p> <p>19:30 Państwo w Państwie</p> <p>20:00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość</p> <p>22:10 W rytmie serca</p> <p>23:10 Śiad</p> <p>00:10 Niepowstrzymany</p> <p>02:30 Tajemnice losu</p> <p>04:55 Disco Gramy</p> <p>05:40 Teledzupki TV Okazje</p>	<p>KOMEDIA</p> <p>20:50 Jak ukraść milion dolarów - komedia, prod. USA, 1966, reż. William Wyler, wyk. Audrey Hepburn, Peter O'Toole, Eli Wallach, Hugh Griffith, Charles Boyer</p> <p>23:00 Scena Alternatywna w Opolu</p> <p>23:30 Trzeci punkt widzenia - program publicystyczny</p> <p>00:05 Dokument.p</p> <p>Mnich z Morza, prod. Polska, 2014, reż. Rafał Skalski</p> <p>01:25 Bilet do kina</p> <p>Zakończony Szekspir - komedia, prod. USA, 1998, reż. John Madden</p> <p>03:35 Informacje kulturalne</p> <p>04:05 Teraz animacje!</p> <p>Kwadratura koła</p>	<p>FILM AKCJI</p> <p>20:00 Niedziela z gwiazdami: Szybcy i wściekli</p> <p>22:05 Zielona miła</p> <p>01:55 Na wariackich papierach - komedia kryminalna</p> <p>David Addison wraz z piękną współniczką, Maddie Hayes, prowadzą agencję detektywistyczną.</p> <p>02:50 Zobacz to! Blok powtórkowy: Dyżur - serial dokumentalny</p> <p>03:25 Taki jest świat - program informacyjny</p> <p>04:05 Menu na miarę</p> <p>04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny</p>	<p>FILM PRZYGDOWY</p> <p>20:00 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarłaka - film przygodowy, USA, 2006, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Deep, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Bill Nighy, Jonathan Pryce</p> <p>23:15 Pięćdziesiąt twarzy Greya - film obyczajowy, USA, 2015, reż. Sam Taylor-Johnson, wyk. Dakota Johnson, Jamie Dornan, Jennifer Ehle, Eloise Mumford, Luke Grimes, Marcia Gay Harden</p> <p>01:50 Druga strona medalu - talk show</p> <p>02:25 Noc magii</p>	

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

poniedziałek







30 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:20 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja 07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - tele-novela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości - serial kryminalny TVP 12:15 Agrobiznes - magazyn 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 Wójt roku - 2019 13:00 Natura w Jedyńce - Czy bobry uratują Las Vegas? - film dokumentalny	04:35 Koło fortuny - teleturniej 05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2016 06:10 Coś dla Ciebie - magazyn 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:00 Panorama 11:05 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Koło fortuny - serial obyczajowy TVP 12:35 Koło fortuny - teleturniej 13:10 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularny TVP 14:05 Coś dla Ciebie - magazyn 14:30 Operacja Zdrowie - magazyn medyczny 15:00 Koło Fortuny - extra	05:15 Mango - telezakupy 06:20 Nowa Maja w ogrodzie 06:50 Akademia ogrodnika 07:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 08:00 Dzień Dobry TVN 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Efekt Domina 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:49 Raport smogowy 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja - magazyn 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:45 Polska wybiera - debata	07:00 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką 08:00 Informacje kulturalne 08:25 Studio Kultura 08:40 Hamlet - serial TVP, prod. Polska, 1976, reż. Janusz Zaorski, wyk. Jan Tadeusz Stanisławski, Teofila Koronkiewicz, Teresa Lipowska, Roman Kłosowski 08:55 Gusta i guściki - film obyczajowy, prod. Francja, 2000 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:25 Profesor na drodze - film TVP, prod. Polska 13:40 Stevie Wonder 14:35 Studio Kultura 14:55 Niedziela z... Teatrem Wielkim - Opera Narodowa 15:45 Najlepszy klient - film animowany	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny W każdym z nich nie brakuje zabójczej prędkości, efektów specjalnych, napięcia, niebezpiecznych pościgów i komizmu, przedstawianego przez bohaterów. Chcą, aby zawsze na pierwszym miejscu stała sprawiedliwość 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise - film obyczajowy, Polska, 2014	06:00 Strażnik Teksasu Cordell Walker (Chuck Norris) walczy ze wszystkimi formami przestępczości w stanie Teksas. Pomagają mu w tym inni agenci na czele z Jimmym Trivettem (Clarence Gilyard Jr.) oraz pani prokurator Alex Cahill Walker (Sheree J. Wilson). Po dobrze wykonanym zadaniu wszyscy spotykają się w barze emerytowanego strażnika C.D. Parkera (Noble Willingham). 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów
<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenovela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Teatr Telewizji - Victoria - spektakl 22:35 Świat bez fikcji - Skrzywdzeni 23:40 To był rok! 00:50 Wszyscy moi mężczyźni - komedia, prod. USA	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  15:05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 15:50 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 18:00 Panorama 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial 19:30 Barwy szczęścia - serial 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial 20:45 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 O mnie się nie martw 22:50 Trzy dni Kondora 23:50 Ajka - dramat 01:55 Warto kochać - serial TVP, prod. Polska	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Kod genetyczny 22:35 15 minut - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2001, reż. John Herzfeld, wyk. Robert De Niro, Edward Burns, Kelsey Grammer, Avery Brooks, Melina Kanakaredes, Oleg Taktarov, Charlize Theron, Kim Cattrall 01:00 Co za tydzień - magazyn 01:35 Wewnętrzny wróg - serial, USA 02:35 Uwaga! - magazyn 03:00 Noc magii	<b>THRILLER</b>  20:05 MEGA HIT - Niepowstrzymany - thriller, USA, 2010, reż. Scott Tony, wyk. Denzel Washington, Kevin Dunn, Pine Chris, Rosario Dawson Doświadczony kolejarz Frank Barnes wraz z nowym kolegą, Willem Colsonem, ma przetransportować z fabryki cynku 20 wagonów materiału. 22:15 Faci w czerni 3 - komedia s-f 00:45 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj - serial, USA 03:25 Tajemne losy 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy 05:40 Telezakupy TV Okazje	<b>DRAMAT</b>  16:10 Diabły, diabły - dramat psychologiczny, prod. Polska, 1991 17:45 Legendy polskiego teatru - Ostre słowa 19:10 Teledysk 19:30 Trzeci punkt widzenia 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Panorama kina polskiego - Zero - dramat, prod. Polska, 2009, reż. Paweł Borowski 22:30 Powidoki 22:45 Antyfonie - Kujawski/Położ/Szumacher - film 23:20 Więcej niż fikcja - The Doors. Historia nieopowiedziana - film 00:55 Żelazna klaszka - Testament doktora Mabuse - dramat, prod. Niemcy	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  16:00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial obyczajowy, prod. Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy, prod. Polska 20:00 Zielona miła 23:55 Conan Barbarzyńca 02:20 Zobacz to! Blok powtórkowy: Taki jest świat - program informacyjny 03:15 Niesamowite! 03:55 Najedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum polczy - serial dokumentalny 05:00 Dyzur - serial dokumentalny	<b>FILM PRZYGDOWY</b>  23:30 Harry Potter i czara ognia - film przygodowy, prod. USA, Wielka Brytania, 2005, reż. Mike Newell, wyk. Emma Watson, Rupert Grint, Brendan Gleeson, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Ralph Fiennes, Miranda Richardson, Robert Pattinson, Clémence Poésy Harry Potter musi wziąć udział w Turnieju Trójmagijnym, kiedy jego nazwisko zostaje wybrane przez tajemniczą Czarę Ognia. 02:50 Noc magii	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  15:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy, prod. Polska 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 21:40 Krew za krew Rok 1868. Mijają właśnie trzy lata od zakończenia wojny secesyjnej. Pułkownik armii konfederackiej Morsman Carver stoi na czele wynajętej przez siebie grupy pościgowej. 23:55 Konwój 02:10 Galileo 03:15 Interwencja 03:35 SuperLudzie

Dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

wtorek








31 marca

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu - teleturniej 05:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - tele-novela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes - magazyn 12:35 Agropogoda - magazyn 12:40 Wójt roku - 2019 - sylwetki - felieton 12:50 Natura w Jedyńce	05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:10 Chrześcijańska Armenia - reportaż 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:00 Panorama 11:05 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Koło fortuny - serial obyczajowy TVP 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial 14:10 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 18:00 Panorama 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial	05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Milionerzy - program obyczajowy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy	07:00 Afisz kulturalny 07:20 Międzynarodowy Konkurs Skrzypcowy im. Henryka Wieniawskiego 08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:25 Studio Kultura 08:45 Dama Pikowa - film TVP, prod. Polska, 1972, reż. Janusz Morgenstern, wyk. Halina Mikołajska, Jan Englert, Hanna Giza, Piotr Garlicki, Emilian Kamiński 09:25 Diabły, diabły - dramat psychologiczny, prod. Polska, 1991, reż. Dorota Kędzierzawska 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:30 Remis - film obyczajowy, prod. Polska, 1984 13:40 Sztuka Francji - serial 14:35 Studio Kultur 14:55 Szlakiem Kolberga	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny Serial opowiadający o walce z przestępczością na ulicach San Francisco. Głównym bohaterem jest sprytny policjant Nash Bridges (Don Johnson), który w raz ze swoim partnerem Joe Dominguez (Cheech Marin) walczy z przestępczością w mieście. 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez żołądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci - Akcja serialu rozgrywa się na plaży w południowej Kalifornii. Gwiazda serialu David Hasselhoff występuje w roli szefa patrolu dzielnic i atrakcyjnych ratowników. 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenovela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Piłka nożna - mecz towarzyski: Polska - Ukraina 23:00 Ocaleni - reality show 00:05 Głębia ostrości 00:35 Bunt na okręcie - film fabularny, prod. USA	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 19:55 Przepis dnia 20:10 Zainwestuj w marzenia - serial obyczajowy TVP 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial TVP 21:50 Echo serca - serial TVP 22:45 Zainwestuj w marzenia - serial TVP 22:55 Ludzkie historie - Urosłam kiedy spałaś 23:55 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 00:35 O mnie się nie martw - serial komediowy TVP 01:30 Nowa - serial TVP 02:30 Ajka - dramat 04:30 Nieustępliwa - film dokumentalny	<b>PROGRAM INFORMACYJNY</b>  19:00 Fakty - program informacyjny 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:49 Raport smogowy 19:55 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku 20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Motyw - serial, Polska 22:30 Kuba Wojewódzki - talk show 23:30 Superwizjer - magazyn reporterów 00:05 36, 6 - obyczajowy 01:05 Zabójca broni - serial, USA 02:05 Uwaga! - magazyn 02:30 Noc magii	<b>FILM SENSACYJNY</b>  20:10 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj Kierująca jednostką dochodzeniową major Susan Turner zostaje niesłusznie oskarżona o zdradę kraju. Kobieta trafia za kratki. Jej wierny przyjaciel Jack Reacher - zastrzyżony były członek jednostki - nie zawaha się przed niczym, żeby pomóc koleżance i udowodnić przed światem jej niewinność. 22:45 Inwazja: Bitwa o Los Angeles - film s-f 01:20 System - dramat 04:15 Kabaret 04:55 Disco Gramy 05:40 Telezakupy TV Okazje	<b>FILM OBYCZAJOWY</b>  15:30 Duch z Canterville - film TVP, prod. Polska, 1967, reż. Ewa Petelska, Czesław Petelski, wyk. Czesław Wołłejko 16:15 Jestem - film obyczajowy, prod. Polska, 2005 18:00 Dokument.pl 19:15 Powidoki 19:30 Antyfonie 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Wydarzenie aktualne 20:50 Polski Teatr Tańca 21:50 Lekkie obyczaje - Po godzinach 23:40 Młoda Polska 00:20 Nocny dokument - Sztuka Skandynawii 01:15 Informacje kulturalne 01:40 Panorama kina polskiego - Zero - dramat	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  16:00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial obyczajowy 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy, prod. Polska 20:00 Maksimum ryzyka Francuski policjant szuka mordercy brata bliźniaka - członka rosyjskiej mafii. W tym celu przejmując tożsamość zmarłego i rusza do Nowego Jorku, by wyjaśnić zagadkę jego śmierci. 22:05 Szybcy i wściekli 00:10 Żelazny rycerz 02:30 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne 03:30 Najjedwabnym szlaku	<b>KOMEDIA</b>  21:00 Narzeczony mimo woli - film komedia, prod. USA, 2009, reż. Anne Fletcher, wyk. Sandra Bullock, Ryan Reynolds, Mary Steenburgen, Craig T. Nelson, Betty White 23:20 Czerwona planeta - film S-F, USA, Australia, 2000, reż. Antony Hoffman, wyk. Val Kilmer, Carrie-Anne Moss, Tom Sizemore, Benjamin Bratt, Terence Stamp, Simon Baker 01:30 Druga strona medalu - talk show 02:40 Noc magii	<b>FILM PRZYGDOWY</b>  21:40 Shaolin - film przygodowy, Hongkong, Chiny, 2011, reż. Chan Benny, wyk. Yu Shaoqun, Yu Xing, Zhui Chen W pograżonych w feudalnych walkach Chinach młody Hao Jie ma na koncie spore sukcesy na polu bitwy. Aroganko drwi z mistrzów Shaolin kiedy na terenie ich świątyni zabija swojego rywala. 00:15 Samobójca misja - film sensacyjny 02:35 SuperLudzie 03:05 Magazyn Atleci Polsat Sport 2020 - program sportowy 03:40 Trans World Sport 2020

Dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

## Środa









1 kwietnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu 05:35 Jaka to melodia? 06:15 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Wójt roku - 2019 - sylwetki - felieton 12:40 Rok w ogrodzie Extra 12:55 Natura w Jedyńce - Dżiki Meksyk	05:15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 06:05 Pozyteczni.pl 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:10 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 14:10 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial TVP 15:05 Mini audycja 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny 16:35 Familiada - teleturniej 17:10 Więzień miłości 18:00 Panorama 18:20 Pogoda 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial	05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Milionerzy - program obyczajowy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarny 18:00 Ukryta prawda 19:00 Fakty 19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość 14:45 Dlaczego ja? 15:50 Wydarzenia 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich - serial komediowy prod. Polska Losy przeciętnej polskiej rodziny mieszkającej w jednej z wrocławskich kamienic.	07:00 Teledyski - muzyka klasyczna 08:00 Informacje kulturalne - informator kulturalny 08:25 Studio Kultura 08:35 Film fabularny 09:10 Jestem - obyczajowy 11:00 Blisko, coraz bliżej - serial TVP 12:30 Film fabularny 13:40 Breakdance w rytmie Bacha - film dokumentalny, prod. Niemcy, 2015 14:40 Studio Kultura 14:55 Koło pióra - magazyn 15:30 Film fabularny 15:50 Portret rodzinny we wnętrzu - film obyczajowy 18:00 Breakdance w rytmie Bacha - film dokumentalny, prod. Niemcy, 2015 19:30 Barbara Falender - film dokumentalny 19:45 Którędy po sztuce 20:00 Informacje kulturalne	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów Dzięki swojemu darowi Melinda Gordon potrafi komunikować się z zagubionymi duszami zmarłych ludzi i pomaga im przejść na drugą stronę. 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial 16:00 Reporterzy. Z życia wzięte 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez łożądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy 13:30 STOP Drogówka 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci Policjanci z dwóch komend codziennie interweniują, począwszy od pijackich melin, a skończywszy na domowych kłótniach. 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:00 Wiadomości 15:10 Pogoda 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:30 Leśniczówka 21:00 Wielki test - Prima Aprilis 22:25 Historia bez tajemnic 00:00 Mroczny sekret niani - film fabularny 01:35 Wojsko - polskie.pl	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial obyczajowy prod. TVP 20:40 Kulisy seriali Na dobre i na złe i Na sygnale 20:55 Na dobre i na złe - serial TVP 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 22:35 Kino relaks - Nauczycielka angielskiego - film obyczajowy 00:15 Geniusz: Picasso 01:15 Życie po re-animacji 03:00 Oficerowie - serial kryminalny TVP 03:45 Zakończenie dnia	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Ameryka Express 23:00 Śmiertelna głębia - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, RPA, Niemcy, Francja, 2012, reż. John Stockwell, wyk. Halle Berry, Olivier Martinez, Ralph Brown, Mark Ederkin 01:20 Superwizjer - magazyn reporterów 01:55 Mentalista - serial, USA 02:55 Uwaga! - magazyn prod. Polska 03:20 Noc magii - program ezoteryczny	<b>MAGAZYN</b>  20:05 Nasz Nowy Dom - magazyn 21:10 Zawsze warto 22:10 Sekstaśma - komedia Jay i Annie są małżeństwem od dziesięciu lat. Para ma dwójkę dzieci. Mimo że bardzo się kochają, to w ich związku zaczyna brakować ognia. Aby znów poczuć emocje w sypialni, postanawiają wypróbować wszystkie pozycje z poradnika „Radość z seksu” i nagrać to na wideo. 00:20 Nasz Nowy Dom 02:20 Tajemnice losu 04:55 Disco Gramy 05:40 Telezakupy TV Okazje	<b>KOMEDIA</b>  20:30 Na wschód od Hollywood - Stulatek, który wyskoczył przez okno i zniknął - komedia prod. Szwecja, 2013 22:30 Pegaz - magazyn kulturalny 23:00 Ziemia, planeta ludzi - Miasto duchów. Rakka - film dokumentalny 00:45 Tribute to Tomasz Stańko - koncert 01:55 Lekkie obyczaje - Po godzinach - film fabularny, prod. USA, 1985 03:30 Informacje kulturalne 03:55 Kino nocne 05:15 Teledysk 05:35 Afisz kulturalny 05:50 Zakończenie dnia	<b>FILM SENSACYJNY</b>  20:00 Koliber Na skutek zrządzenia losu bezdomny były żołnierz z specjalnych przeżył tożsamość innej osoby. Nowe możliwości otwierają mu drogę do dokonania zemsty. 22:00 Sabotaż 00:05 Wielki Stach 02:10 Zobacz to! Blok powtórkowy: Niesamowite! 02:45 Niesamowite! 03:05 Taki jest świat - program informacyjny 03:55 Na jedwabnym szlaku 04:35 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:00 Dyzur - serial dokumentalny	<b>FILM WOJENNY</b>  21:00 Bekarty wojny film wojenny, prod. USA, Niemcy, 2009, reż. Quentin Tarantino, wyk. Brad Pitt, Mélanie Laurent, Christoph Waltz, Eli Roth, Michael Fassbender, Diane Kruger, Daniel Brühl, Til Schweiger 00:15 Gra - film sensacyjny, USA, 1997, reż. David Fincher, wyk. Michael Douglas, Sean Penn, Deborah Unger, James Rebhorn, Peter Donat, Carroll Baker, Armin Mueller-Stahl 02:50 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	<b>FILM SENSACYJNY</b>  21:40 American Ultra Mike mieszka w małym miasteczku, gdzie pracuje w sklepie, a większość czasu spędza na paleniu trawki i rysowaniu komiksów. Pewnego dnia, ku zdumieniu jego samego i jego dziewczyny, okazuje się, że jest uśpionym agentem CIA, wyrenowanym w specjalnym tajnym programie na super zabójcę. 23:40 Koszmar z ulicy Wiażów 01:40 STOP Drogówka - magazyn 02:40 Disco Polo Life 03:40 TOP 10 Lista Przebojów - program rozrywkowy

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

## czwartek

2 kwietnia

TVP 1	TVP 2	TVN	POLSAT	TVP Kultura	TV Puls	TVN 7	TV 4
05:05 Jeden z dziesięciu 05:40 Jaka to melodia? 06:20 Przysięga - serial obyczajowy, prod. Turcja, 2019 07:05 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 08:00 Wiadomości 08:10 Pogoda poranna 08:15 Kwadrans polityczny 08:40 Korona królów - telenowela historyczna TVP 09:20 Ranczo - serial obyczajowy TVP 10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny TVP 11:05 Ojciec Mateusz - serial kryminalny TVP 12:00 Wiadomości 12:15 Agrobiznes 12:25 Agropogoda - magazyn 12:30 Wójt roku - 2019 12:35 To się opłaca - magazyn 12:50 Natura w Jedyńce - Dżiki Meksyk cz. 2. Lasy Majów - film	04:35 Koło fortuny - teleturniej 05:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial, prod. Niemcy, 2016 06:05 Operacja Zdrowie! - magazyn medyczny 06:35 Familiada - teleturniej 07:05 Przepis dnia 07:15 Pytanie na śniadanie 11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy TVP 12:00 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:10 Va Banque - teleturniej 13:35 Na sygnale - serial fabularyzowany TVP 14:10 Na dobre i na złe - serial TVP 15:10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny - serial 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej	05:15 Mango - telezakupy 06:20 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:50 Doradca smaku 08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn 11:30 Afera fryzjera - program rozrywkowy 12:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 13:15 Szpital - program obyczajowy 14:15 Detektywi - program kryminalny 15:25 Milionerzy - program obyczajowy 16:00 Szpital - program obyczajowy 17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 19:00 Fakty 19:50 Uwaga! - magazyn 20:10 Doradca smaku	06:00 Nowy dzień z Polsat News 09:00 Malanowski i Partnerzy 10:00 Sekrety rodziny 11:00 Dlaczego ja? 12:00 Gliniarze 13:00 Trudne sprawy 14:00 Pierwsza miłość 14:45 Dlaczego ja? 16:10 Pogoda 16:15 Interwencja 16:30 Na ratunek 112 17:00 Gliniarze 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia 19:20 Sport 19:25 Pogoda 19:30 Świat według Kiepskich 20:05 Nasz Nowy Dom 21:10 Przyjaciółki - serial 22:10 Zdrady	07:00 Teledyski - muzyka klasyczna 08:00 Informacje kulturalne 08:25 Studio Kultura 08:50 Portret rodzinny we wnętrzu - film 11:00 Miasto z morza - serial 12:50 Film fabularny 13:40 Moje życie dla Niego - film dokumentalny 14:30 Studio Kultura 14:50 "Te Deum" na głosy solowe, chór i orkiestrę Krzysztofa Pendereckiego - Ojcu Świętemu Janowi Pawłowi II 15:40 Jan Paweł II - film biograficzny 17:30 Czytania z Wojtyły 17:45 Dokument tygodnia - Bracia Roca 19:15 Zaginiona Skarby 19:25 Pegaz - magazyn 20:00 Informacje kulturalne 20:30 Czwartkowy klub filmowy - Wstęp do filmu	06:00 Nash Bridges - serial sensacyjny 07:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 08:00 Reporterzy. Z życia wzięte 09:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 10:00 Zaklinaczka duchów 12:00 Kobra - oddział specjalny 14:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 16:00 Reporterzy. Z życia wzięte 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - serial obyczajowy 20:00 Asterix i Obelix: Misja Kleopatra 22:10 Zwierzak 23:55 American Pie: Wakacje	05:00 Szkoła - obyczajowy 06:00 Mango telezakupy 07:35 Zakochani po uszy - serial, Polska 08:10 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:20 Idealna niania - program obyczajowy 12:10 Sąd rodzinny - program sądowy 13:10 Sędzia Anna Maria Wesołowska - program sądowy 14:15 Szkoła - obyczajowy 15:15 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:15 19+ - obyczajowy 16:55 Brzydula - serial obyczajowy, Polska 18:00 Szkoła - obyczajowy 19:00 19+ - obyczajowy 19:30 Zakochani po uszy - serial, Polska 20:00 Hotel Paradise	06:00 Strażnik Teksasu 08:00 Nasz Nowy Dom - magazyn prod. Polska 09:00 Święty 09:30 Demakijaż 10:00 Przez łożądek do serca 10:30 Demakijaż 11:00 Awantura o kasę 13:00 Magicy z ulicy - magazyn prod. Polska 14:30 Emil pogromca mandatów 15:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy prod. Polska 16:00 Słoneczny patrol 18:00 Sekrety Sąsiadów 18:30 Święty 19:00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy 20:00 Święty 20:30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  14:00 Elif - serial, prod. Turcja, 2017 15:15 Alarm! - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka 16:05 Przysięga - serial 17:00 Teleexpress 17:25 Jaka to melodia? 18:00 Klan - telenowela TVP 18:30 Korona królów 18:55 Jeden z dziesięciu 19:30 Wiadomości 20:10 Alarm! - magazyn 20:40 Ojciec Mateusz - serial 21:35 Sprawa dla reportera 22:30 Magazyn śledczy Anity Gargas - magazyn 23:00 Magazyn kryminalny 997 - magazyn 23:55 Santo Subito 00:55 Tanie Dranie 01:40 Godziny grozy - serial	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  17:10 Więzień miłości - serial obyczajowy 18:00 Panorama 18:20 Pogoda 18:30 Va Banque - teleturniej 18:55 Rodzinka.pl - serial 19:30 Barwy szczęścia - serial obyczajowy TVP 19:55 Przepis dnia 20:10 Barwy szczęścia - serial 20:40 Filmowe czwartki - Wiesław Kot - felieton 20:45 Filmowe czwartki - Wszystkie pieniądze świata - dramat 23:10 Fałszywa tożsamość - thriller 00:50 Chinatown - film sensacyjny 03:10 Dzielnica bankowa - serial sensacyjny	<b>SERIAL OBYCZAJOWY</b>  20:15 Na Wspólnej - serial obyczajowy, Polska 20:55 Milionerzy 21:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 22:30 Kiler - film komedia, Polska, 1997, reż. Juliusz Machulski, wyk. Cezary Pazura, Janusz Rewiński, Jerzy Stuhr, Katarzyna Figura, Małgorzata Kożuchowska, Jan Englert 00:45 Raj dla par - film komedia, USA, 2009, reż. Peter Billingsley, wyk. Vince Vaughn, Jason Bateman, Faizon Love 03:10 Uwaga! - magazyn 03:35 Noc magii	<b>FILM SENSACYJNY</b>  23:10 Zakładnik z Wall Street Lee Gates, prowadzi popularny telewizyjny show, w którym doradza ludziom, jak i w co inwestować pieniądze. Producentką programu jest Just Fenn. Pewnego dnia do studia nadawanej na żywo audycji wpada niespodziewanie Kyle Budwell, który za sprawą wskazaówek Lee stracił dorobek całego życia. 01:25 Chirurgi - serial obyczajowy 03:30 Tajemnice losu 04:55 Disco Gramy - program rozrywkowy prod. Polska 05:40 Telezakupy TV Okazje	<b>FILM OBYCZAJOWY</b>  20:35 Czwartkowy klub filmowy - Moja noc u Maud - film obyczajowy, prod. Francja, 1969, reż. Eric Rohmer 22:35 Koło pióra - magazyn 23:10 Scena Klasyczna - koncert 23:55 Portrety - La Chana - królowa flamenco - film dokumentalny 01:30 Na wschód od Hollywood - Stulatek, który wyskoczył przez okno i zniknął - komedia, prod. Szwecja, 2013, reż. Felix Hengren, wyk. Robert Gustafsson 03:30 Informacje kulturalne 03:55 Kino nocne 05:20 Teledysk	<b>SERIAL KOMEDIOWY</b>  01:45 Ojciec Ted Serial przedstawia perypetie księży na Wyspie Craggy, gdzie u zachodnich wybrzeży Irlandii. Ojcowie Ted, Dougal i Jack wraz z ich gospodyniami, panią Doyle, przeżywają arcyśmieszne przygody, które pozwalają spojrzeć na sprawy wiary z uśmiechem. 02:45 Zobacz to! Blok powtórkowy: Tajemnice medyczne 03:50 Taki jest świat - program informacyjny prod. Polska 04:25 Menu na miarę 04:55 Z archiwum policji - serial dokumentalny 05:35 Dyzur - serial	<b>KOMEDIA</b>  21:00 Dziewczyna moich koszmarów - film komedia, USA, 2007, reż. Peter Farrelly, Bobby Farrelly, wyk. Ben Stiller, Michelle Monaghan, Malin Akerman, Jerry Stiller, Eva Longoria 23:25 Piraci z Karaibów: Skrzynia umarlaka - film przygodowy, prod. USA, 2006, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Deep, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Bill Nighy, Jonathan Pryce 02:40 Noc magii - program ezoteryczny prod. Polska	<b>KOMEDIA</b>  21:40 Komedia romantyczna - komedia, USA, 2006, reż. Seltzer Aaron, wyk. Hannigan Alyson Historia wrażliwej Julii Jones, która spotkała wreszcie swojego księcia z bajki, brytyjską Granta. Lecząc zranienia, musieli poznać swoich rodziców a także zmierzyć się z piękną przyjaciółką Granta - Andy, która nie może pogodzić się z tym, że jej chłopak się żeni. 23:20 Śmierć na talerzu 01:20 STOP Drogówka - magazyn 02:30 Graffiti

dodatek TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

# OGŁOSZENIA DROBNE ZA DARMO

Bezpłatne ogłoszenia drobne przyjmujemy tylko od osób prywatnych.

**TO PROSTE** podaj kategorię: **SPRZEDAM, KUPIĘ, RÓŻNE, MOTORYZACJA, NIERUCHOMOŚCI, PRACA, ROLNICTWO, ZWIERZĘTA, TOWARZYSKIE**

SWOJE OGŁOSZENIE DO 100 ZNAKÓW **WYŚLIJ:**

**-SMS** pod numer **519 077 782 ZA DARMO**

Na koniec podaj, przez ile tygodni ogłoszenie ma się ukazywać.



## KUPIĘ

◆ Skupuję monety i banknoty nieobiegowe i niechodliwe z całego świata, kolekcjonerskie, medale i przedmioty kolekcjonerskie. tel. 602 128 246

◆ Kupię butlę propan-butan 11 kg i 33 kg do kuchenki gazowej. Polską lub niemiecką. tel. 68 470 35 61

## SPRZEDAM

◆ Sprzedam drewno opałowe i kominkowe. tel. 728 480 003

◆ Sprzedam: lada chłodnicza, zamrażarki, mieszalka do ciasta, kuchnia gazowa 6-palnikowa, patelnia gastronomiczna, bema, regały sklepowe. tel. 604 492 760

◆ Lodówka z zamrażalnikiem - 100 zł, lada chłodnicza 2,5 m dł. - 500 zł, zamrażarki różne, rower - 100 zł. tel. 604 492 760

◆ Pianino Legnica Bollhur. tel. 604 132 602

◆ Sprzedam nowy aparat do pomiaru ciśnienia tętniczego. Aparat na baterie i prąd. Cena do uzgodnienia. Tel 739158561

◆ Sprzedam - Kuchenka elektryczna z jedną płytą grzejną, nowa. Stół drewniany ogrodowy. Skrzynki balkonowe rattan nowe. Koszyk rowerowy nowy i używany. tel. 530 521 033

◆ Torebka Louis Vitton nowa. Biurko w idealnym stanie. Słuchawki dr Beats drei monster. Ościeżnica regulowana biała firmy Porta oryginalnie zapakowana nowa. Kserokopiarka. tel. 530 521 033

◆ Sprzedam telewizor LG 42 cale 1500 zł. Radioodtwarzacz samochodowy. tel. 530 521 033

◆ Regał. Szafka biała. Lustro w drewnianej złotej ramie. Beczka 60 litrów do kisenia. tel. 530 521 033

◆ Grzejnik łazienkowy montowany do ściany nowy. Umywalka używana z baterią lub bez baterii. tel. 530 521 033

◆ Torba - transporter dla psa nowa. Lodówka-chłodziarka bez zamrażalnika używana. tel. 530 521 033

◆ Sprzedam pralki różne na części, cena 50 zł. tel. 507 035 943

◆ Telefon Lenovo k 5, cena 300 zł. tel. 502 282 130

## REKLAMA

**SOLACE** KANCELARIA PRAWNA [www.solace.pl](http://www.solace.pl)

### MIAŁEŚ WYPADEK?

Odzyskaj należne odszkodowanie.  
Wszystkie rodzaje wypadków. Bez opłat wstępnych.

**ZADZWOŃ**  
**606 805 778**

◆ Sprzedam - Kuchenka elektryczna z jedną płytą grzejną, nowa. Stół drewniany ogrodowy. Skrzynki balkonowe rattan nowe. Koszyk rowerowy nowy i używany. tel. 530 521 033

◆ Torebka nowa. Biurko w idealnym stanie. Słuchawki dr Beats drei monster. Ościeżnica regulowana biała firmy Porta oryginalnie zapakowana nowa. Kserokopiarka. tel. 530 521 033

◆ Sprzedam telewizor LG 42 cale 1500 zł. Radioodtwarzacz samochodowy. Stół rozkładany biały 600 zł. Krzesła białe składane 60 zł sztuka. tel. 530 521 033

◆ Regał. Szafka biała. Lustro w drewnianej złotej ramie. Beczka 60 litrów do kisenia. tel. 530 521 033

◆ Grzejnik łazienkowy montowany do ściany nowy. Umywalka używana z baterią lub bez baterii. tel. 530 521 033

◆ Torba - transporter dla psa nowa. Lodówka-chłodziarka bez zamrażalnika używana. tel. 530 521 033

## NIERUCHOMOŚCI

◆ Żary - pawilon usługowy, wszystkie media, na gruncie 224 m<sup>2</sup>, własność, sprzedam lub wynajmę, bez pośredników. tel. 576 641 076

◆ Sprzedam dom jednorodzinny z garażem w Żarach. Pow. 133m<sup>2</sup>, bud, gosp. 14,9m<sup>2</sup>, działka 531m<sup>2</sup>. tel. 889 234 086

## REKLAMA

Żary, ul. Górnośląska 2 · [www.partnernieruchomosci.info](http://www.partnernieruchomosci.info)

### PARTNER NIERUCHOMOŚCI

**BOGUMIŁÓW**  
**DZIAŁKA NA SPRZEDAŻ**  
**1,47 HA W CENIE 85 TYS.**

**533 308 999**

◆ Domek 70 m<sup>2</sup> na działce 1170 m w Żarach, lokale użyt. 120, 55, 19 m<sup>2</sup> sprzedam lub wynajmę. tel. 604 492 760

◆ Mieszkanie w Żarach sprzedam - 1 piętro - 55 m - 3 pokoje do remontu. tel. 572 277 251

◆ Bieniów - działka na sprzedaż z warunkami zabudowy, o pow. 23 ary w cenie 73 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Bogumiłów - działka na sprzedaż o pow. 1,47 ha w okazyjnej cenie 85 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - działki na sprzedaż w Żarach i w okolicy, różna powierzchnia, dobre ceny, Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - mieszkanie na sprzedaż do wprowadzenia, 2 pokoje, II piętro, w kamienicy, Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - lokal usługowy na sprzedaż, o pow. 32,80 m<sup>2</sup>, na parterze w cenie 120 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Olbrachtów - działki na sprzedaż z warunkami zabudowy, media przy nieruchomości, Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - działka na sprzedaż o pow. 11 ar w cenie 88 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - mieszkanie do wynajęcia w bloku, wyposażone, 2 pokoje, 50 m<sup>2</sup> w cenie 1300 zł + opłaty. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

## Przepisy kulinarne

### Wytrawna tarta z białą kielbasą

#### Składniki

- 250 g mąki pszennej tortowej
- 125 g masła
- 3 łyżki mleka
- 1 żółtko
- 1/2 łyżeczki soli

#### Składniki na nadzienie

- 300 g białej kielbasy
- 5 jajek ugotowanych na twardo
- 5 pieczarek
- 1 cebula

#### Składniki na sos

- 200 ml śmietany 30%
- 2 jajka
- 1 łyżka chrzanu

#### Wykonanie

Wszystkie składniki na ciasto szybko zagniat-

my. Ciasto wałkujemy i układamy w formie do pieczenia o średnicy 26 cm. Ciasto schładzamy 30 min w zamrażarce. Po schłodzeniu ciasto podpiekamy w piekarniku w temp. 190 stopni przez ok. 15 min. Przygotowujemy nadzienie: białą kielbasę, jajka (2 sztuki zostawiamy do dekoracji), pieczarki i cebulę kroimy. Kielbasę, pieczarki i cebulę podsmażamy na oleju i układamy na podpieczone ciasto. Śmietanę, jajka i chrzan lekko ubijamy trzepaczką i wlewamy na wierzch tarty. Danie pieczemy jeszcze przez 25 - 30 min. w temp. 180 stopni w termo obiegu (górną-dół). Upieczoną tartę możemy udekorować pomidorami lub papryką konserwową.



fol. ARMG

### Babeczki jajeczne na słono z warzywami

#### Składniki

- 5 jajek
- 1/4 czerwonej papryki
- 4 pomidorki koktajlowe
- 1/2 pęczka szczypiorku
- 3 łyżki startego sera żółtego
- 3 pieczarki
- 2 kromki pokrojonego w drobną kostkę chleba tostowego
- Sól
- Pieprz
- Papryka słodka
- Przyprawa curry

#### Wykonanie

Jajka roztrzepujemy, doprawiamy pieprzem,



fol. ARMG

solą, papryką i przyprawą curry. Paprykę kroimy w kosteczkę, pomidorki w ćwiartki. Następnie drobno siekamy szczypiorek i pieczarki. Do jajek dodajemy posiekane dodatki oraz ser żółty i pokrojony chleb tostowy.

Foremki smarujemy masłem. Do foremek nakładamy masę jajeczną z dodatkami. Zapiiekamy w piekarniku nagrzanym do 180 stopni przez ok. 15 min do 20 min. Z podanych proporcji wychodzi ok. 8 babeczek.

# SPRZEDAM

**PIEC BUDERUS G305/160****UŻYWANY, SPRAWNY****CENA: 1900 zł****tel. 608 541 937**

◆ Okolice Żar - działki na sprzedaż np. o pow. 10 ar w cenie 46 tys. Możliwość zakupu większej powierzchni. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - ładny dom na sprzedaż, do wprowadzenia, usytuowany na dużej działce, Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Olbrachtów - działka na sprzedaż z warunkami zabudowy o pow. 10 arów w cenie 67 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - dom na sprzedaż, stan surowy zamknięty w cenie 149 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - lokal do wynajęcia, dobra lokalizacja, 17 m<sup>2</sup>, I piętro, 600 zł, Partner Nieruchomości 533-308-999

◆ Żary - lokal do wynajęcia, parter, duże witryny, 112 m<sup>2</sup>, 3200 zł + Vat, Partner Nieruchomości 533-308-999

◆ Żary - lokal do wynajęcia, 30 m<sup>2</sup>, I piętro, 950 zł, Partner Nieruchomości 533-308-999

◆ Żary - lokal na sprzedaż, 160 m<sup>2</sup>, parter, 175 tys, Partner Nieruchomości 533-308-999

◆ Żary - wolnostojący lokal na sprzedaż, 56 m<sup>2</sup>, 35 tys. Partner Nieruchomości 533-308-999

◆ Sieniawa Żarska - działka budowlana na skraju wsi - 30 ar, 36 tys. PLN, wokół mało zabudowań, za to dużo zieleni. Partner Nieruchomości, tel. 690 411 006

◆ Dom do remontu - na działce 9-arowej, na wsi pod Żarami, 10 min. jazdy do centrum miasta, 122 tys PLN. Partner Nieruchomości, tel. 690 411 006

◆ **Darmowy rzeczoznawca. Szkoda na pojeździe? Rozliczana kosztorysowo? Odbierz dodatkowe pieniądze. Decyzja w trzy dni robocze. Weryfikacja kosztorysu z ostatnich 3 lat!!!! Tel. 606 805 778**

◆ Dom pod Lipinkami łużyckimi, do remontu - na działce 13-arowej, wokół las i pola, dobry dojazd. 80 tys. PLN. Partner Nieruchomości, tel. 690 411 006

◆ Jasień - mieszkanie 2 pokojowe na sprzedaż, lp. Cena 115 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 606 705 480

◆ Żary - dom na sprzedaż - cena 420.000zł. Partner Nieruchomości, nr tel: 606 705 480

◆ Iłowa - mieszkanie do wynajęcia. Partner Nieruchomości, tel 501-509-731

◆ Żagań - mieszkanie na sprzedaż, do wprowadzenia, 60 m<sup>2</sup>, 3 pokoje, 260 tys. Partner Nieruchomości, nr tel: 606 705 480

◆ Żary - lokale usługowe na sprzedaż np. 50 m<sup>2</sup>, parter, cena 220.000zł. Partner Nieruchomości, nr tel: 606 705 480

◆ Żary - mieszkanie na sprzedaż w kamienicy, II piętro, 2 pokoje, w cenie 205 tys, Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Żary - ładne domy na sprzedaż, Partner Nieruchomości, nr tel: 533-308-999

◆ Świętoszów - sprzedam atrakcyjne mieszkanie: 2 pokoje, 40 m<sup>2</sup>, Partner Nieruchomości nr tel.: 501-509-731

◆ Świętoszów - do wynajęcia mieszkanie, 33 m<sup>2</sup> i 44 m<sup>2</sup>, Partner Nieruchomości nr tel.: 501-509-731

◆ Jasień, Lubsko - pilnie poszukujemy mieszkania na sprzedaż, Partner Nieruchomości: 501-509-731

◆ Żary - pilnie poszukujemy mieszkania na sprzedaż, 2-3 pokoje, Partner Nieruchomości: 533-308-999

◆ Olbrachtów - działka na sprzedaż z warunkami zabudowy, 1812 m<sup>2</sup>, przy drodze asfaltowej, Partner Nieruchomości: 533-308-999

◆ Żary - umeblowane mieszkanie do wynajęcia, 2 pokoje, w kamienicy w cenie 1250 zł + opłaty, Partner Nieruchomości: 533-308-999

◆ Żary - dom na sprzedaż, do wprowadzenia, na ładnej działce, Partner Nieruchomości: 533-308-999

## MIEJSCE NA TWOJE OGŁOSZENIE

◆ Sieniawa - działka na sprzedaż przy drodze asfaltowej, 1457 m<sup>2</sup> w cenie 60 tys. Partner Nieruchomości: 533-308-999

## MOTORYZACJA

◆ Sprzedam motocykl honda rebel 125 cm 1997 r. sakwy piornik czarny, mały przebieg. tel. 699 932 056

◆ Sprzedam Jawę 250 z roku 1960 za 5 tys. zapraszam na jazdę próbną. Mam również koła do MZ i do Jawy i drobne części. tel. 602 572 153

◆ Sprzedam Citroen C-3 poj. 1,4 benz. z 2009, sprawny technicznie, 2 komplety kół, cena 12.500 do negocjacji. tel. 512 468 122

◆ Toyota Aygo rok 2016 benzyna 5 drzwi zarejestrowany. tel. 733 221 218

## USŁUGI

◆ Mam wolne popołudnia, wykonam remont mieszkania. Żary, tel. 604 843 344

## ROLNICTWO

◆ Sprzedam C 330 i maszyny rolnicze. tel. 699 932 056

◆ Sprzedam mf 255, wywrotka, plug, brony, kosiarka. tel. 699 932 056

◆ Sprzedam obornik koński, transport we własnym zakresie. tel. 604 558 751

## RÓŻNE

◆ Oddam bezpłatnie ortezę, praca stopa 38 nr. tel. 507 035 943



## OFERTY PRACY - URZĘDY PRACY

### ŻARY

ul. Mieszka I 15, 68-200 Żary, tel. 68 479 13 56,  
e-mail: zizr@praca.gov.pl, <http://pup.zary.sisco.info>

- Policjant służby prewencji Żary/ Lubsko 10
- Wartownik Oddziału Wart Cywilnych Skład Potok 7
- Zastępca Komendanta Oddziału Wart Cywilnych Skład Potok 1
- Wartownik- przewodnik psa służbowego Oddziału Wart Cywilnych Skład Potok 2
- Główna Księgowa Żary 1
- Doradca klienta Żary 1
- Młodszy asystent Żary 1
- Spedytor w dziale międzynarodowych przewozów Żary 1
- Spedytor w dziale krajowych przewozów Żary 1
- Pielęgniarka Miłowice 1
- Pracownik socjalny teren Gminy Żary 1
- Opiekun osób starszych teren Gminy Żary 2
- Psycholog Żary 1
- Psycholog Żary (1/4 etatu) 1
- Nauczyciel przedszkola Grabik 1
- Nauczyciel wspomagający Lipinki łużyckie 1
- Asystent rodziny Żary 1
- Szwaczka maszynowa Lubsko 2
- Kucharz Brody 1
- Kelner/ Kelnerka Lubsko 1
- Piekarz Lubsko 1
- Sprzedawca na stacji paliw Lubsko 1
- Kasjer/ Sprzedawca Lubsko 1
- Sprzedawca w stacji paliw Łęknica 1
- Sprzątaczką Żary (5 godzin w tygodniu) 1
- Pracownik obsługi cmentarza Lubsko 1
- Elektryk Woj. lubuskie 1
- Wózkowy Jasień 1
- Operator wypalarki CNC Jasień 1
- Monter Spawacz Jasień 1
- Brukarz Żary 3
- Brukarz/ Brygadzysta Żary 2
- Hydraulik Żary 2
- Operator ładowarki Żary 1
- Operator koparki Żary 2
- Pilarz/ Pracownik leśny Wymiarki/ teren woj. lubuskiego 3
- Operator zestawu zrywkowego Wymiarki/ teren woj. lubuskiego 1
- Operator koparki Jasień 1
- Pomocniczy robotnik budowlany Jasień 1

### ŻAGAŃ

ul. Dworcowa 9, 68-100 Żagań, tel.: 68 477 78 39, 68 477 78 40,  
e-mail: pupzagan@pup.zagan.pl, [www.pup.zagan.pl](http://www.pup.zagan.pl)

- Fryzjer (Szprotawa) 1
- Geodeta 2
- Kierowca C+E (transport międzynarodowy) 3
- Operator urządzeń oczyszczania ścieków 1
- Policjant służby prewencji (Żagań, Iłowa, Szprotawa) 17
- Ślusarz 5
- Kierowca C+E (Borowina) 1
- Monter rusztowań - ślusarz 3
- Spawacz MAG (Borowina) 3
- Ustawiacz przyrządów 2
- Kierowca samochodu ciężarowego 1
- Asystent nauczyciela przedszkola- nauczyciel wspomagający 1
- Nauczyciel przedmiotów zawodowych 9/18 etatu 1
- MANAGER DZIAŁU OBRAZÓW SZKLANNYCH 1
- Psycholog (Żagań) 1
- Spedytor (Żagań) 2
- Szwaczka (Żagań) 1
- Terapeuta rehabilitacyjny w przedszkolu (Leszno Górne) 1
- Operator urządzeń sieci wod - kan (Iłowa) 2
- Pomoc nauczyciela przedszkola (Iłowa) 1
- Kierownik sekcji obsługi infrastruktury (Żagań) 1
- Nauczyciel języka angielskiego (Wiechlice) 1
- Kucharz (Wiechlice) 1
- Monter nagrobków (Iłowa) 1

**Wynajmę kawalerkę 34 m<sup>2</sup> w Żarach w spokojnej okolicy na ulicy Bohaterów Getta na przeciwko sklepu spożywczego „Piotruś”. Mieszkanie jest umeblowane i znajdują się w nim wszystkie potrzebne sprzęty AGD (łódówka, pralka, odkurzacz, mikrofalówka, kuchenka gazowa z piekarnikiem, czajnik, toster, telewizor, naczynia kuchenne). Ogrzewanie gazowe. Łazienka z prysznicem. Cena za wynajem tzw. odstępnego 850 zł /m-c. Dodatkowe opłaty to: czynsz do wspólnoty mieszkaniowej 210 zł (w czynszu jest już opłata za 3 m wody i ścieków oraz wywóz nieczystości). Opłata za energię i gaz wg. wskazań licznika. Kaucja zwrotna 1600 zł. Możliwość korzystania z komórki oraz ogródka obok budynku. Tel. 608 637 937**



**KORONAWIRUS** powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

### Jak zapobiegać zakażeniu?



**Często myj ręce**, używając mydła i wody.



Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.



Zachowaj **co najmniej 1 metr** odległości od osób, które kaszlą i kichają.



Jeśli **wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

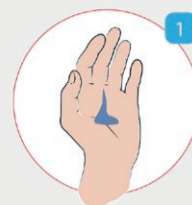
**Infolinia NFZ**  
**800 190 590**

[www.gov.pl/koronawirus](http://www.gov.pl/koronawirus)

## Jak skutecznie dezynfekować ręce?

Użyj środka do dezynfekcji rąk, który zawiera co najmniej 60% alkoholu.

Czas trwania:  
do wyschnięcia  
dłoni



1 Nanieś taką ilość preparatu, aby dłonie były całkowicie zwilżone



5 Pocieraj górną część palców prawej dłoni o wewnętrzną część lewej dłoni i odwrotnie



2 Pocieraj dłoń o dłoń rozprowadzając preparat na całą powierzchnię



6 Ruchem obrotowym pocieraj kciuk lewej dłoni wewnętrzną częścią prawej dłoni i odwrotnie



3 Pocieraj wewnętrzną częścią prawej dłoni o grzbietową część lewej dłoni i odwrotnie



7 Ruchem okrężnym opuszkami palców prawej dłoni pocieraj wewnętrzne zagłębienie lewej dłoni i odwrotnie



4 Spleć palce i pocieraj wewnętrznymi częściami dłoni



8 Po wyschnięciu ręce są zdezynfekowane

## Zasady kwarantanny w związku z koronawirusem



### NA KOGO JEST NAKŁADANA?

Na osoby zdrowe, które miały styczność z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.



### PRZEZ KOGO JEST NAKŁADANA?

Przez państwowego powiatowego lub granicznego inspektora sanitarnego jako decyzja administracyjna.



### NA JAKI CZAS JEST NAKŁADANA?

Na 14 dni licząc od dnia styczności z osobami zakażonymi lub podejrzanymi o zakażenie koronawirusem.



### CZEGO NIE ROBIĆ PODCZAS KWARANTANY?

- Nie opuszczaj miejsca kwarantanny.
- Nie spotykaj się z innymi osobami, a jeśli to niemożliwe – zachowaj bezpieczny odstęp wynoszący 1-1,5 m.



### CO ROBIĆ PODCZAS KWARANTANY?

- Udzielaj Państwowej Inspekcji Sanitarnej informacji na temat stanu zdrowia.
- W razie pogorszenia się stanu zdrowia, natychmiast poinformuj przez telefon Państwową Inspekcję Sanitarną i zgłoś się do oddziału zakaźnego.
- Zachowaj zasady higieny: często myj ręce, unikaj dotykania oczu i ust, myj lub dezynfekuj dotykane powierzchnie, podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką.
- Poinformuj pracodawcę telefonicznie o tym, że zostałeś objęty kwarantanną.

Za nieprzestrzeganie kwarantanny grozi mandat karny w wysokości **5000 zł**.

## Koronawirus – informacje dla seniorów



### OGRANICZ PRZEBYWANIE W MIEJSCACH PUBLICZNYCH

Poproś bliskich o pomoc w codziennych czynnościach: zakupach, zaopatrzeniu w leki, załatwianiu spraw urzędowych.



### CZĘSTO MYJ RĘCE

Używaj wody z mydłem lub dezynfekuj ręce płynami/żelami na bazie alkoholu.



### UNIKAJ DOTYKANIA OCZU, NOSA I UST

Dotykając oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami możesz przenieść wirusa.



### REGULARNIE MYJ LUB DEZYNFEKUJ DOTYKANE POWIERZCHNIE

Biurka, lamy i stoły, klamki, włączniki światła, poręcze itp. przecieraj regularnie z użyciem wody i detergentu lub środka dezynfekcyjnego.



### REGULARNIE DEZYNFEKUJ TELEFON I NIE UŻYWAJ GO PODCZAS POSIŁKÓW

Do dezynfekcji używaj r.p. wilgotnych chusteczek nasączonych środkiem dezynfekującym.



### ZACHOWAJ BEZPIECZNĄ ODLEGŁOŚĆ OD ROZMÓWCY

Zachowaj co najmniej 1-1,5 m odległości od osoby, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.



### STOSUJ ZASADY OCHRONY PODCZAS KICHANIA I KASZLU

Podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką. Chusteczkę wyrzuć do kosza i umyj ręce.



### ODŻYWIJ SIĘ ZDROWO I PAMIĘTAJ O NAWODNIENIU ORGANIZMU

Stosuj zrównoważoną dietę. Pamiętaj o codziennym jedzeniu minimum 5 porcji warzyw i owoców. Codziennie pij ok. 2 l płynów (najlepiej wodę).



### KORZYSTAJ ZE SPRAWDZONYCH ŹRÓDEŁ WIEDZY O KORONAWIRUSIE

Postępuj się informacjami ze sprawdzonych źródeł, opartymi na dowodach naukowych. Znajdziesz je na stronach internetowych Ministerstwa Zdrowia ([www.gov.pl/zdrowie](http://www.gov.pl/zdrowie)) i Głównego Inspektoratu Sanitarnego ([www.gis.gov.pl](http://www.gis.gov.pl)).



REKLAMA

**GLORIA**

**ZAKŁAD USŁUG POGRZEBOWYCH**

Marek Krzyśków  
ŻARY, ul. Żagańska 12

**OFERUJEMY:**  
KOMPLEKSOWĄ ORGANIZACJĘ I OBSŁUGĘ POGRZEBÓW  
MAMY KONKURENCYJNE CENY W REJONIE



**POGOTOWIE CAŁODOBOWE**  
tel. 600 910 499

[www.gloria-zary.com](http://www.gloria-zary.com)

AUTOREKLAMA



[www.Moja24.pl](http://www.Moja24.pl)

portal informacyjny

REKLAMA

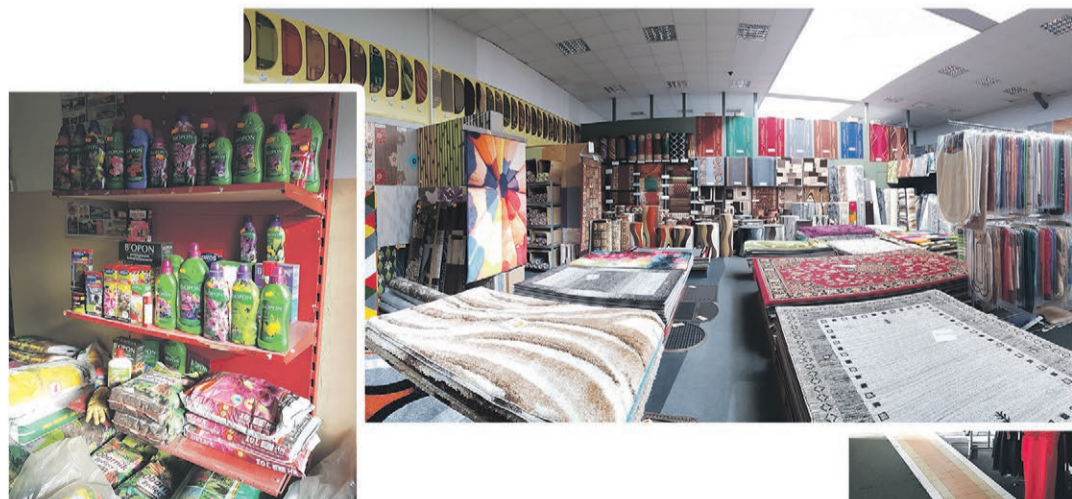
**OPAL JAS ZŁOM**

**ZŁOMOWANIE AUT**

SIENIAWA ŻARSKA 155 • tel. 602 603 027 • 68 362 01 84

REKLAMA

**pasaż handlowy *Hayduk* zaprasza na zakupy**



**SKLEP LUBCENAS**  
NAWOZY, NASIONA, PASZE  
TEL. 68 363 97 23

**SKLEP DYWANIK**

BOGATA OFERTA DYWANÓW, WYKŁADZIN I CHODNIKÓW  
TEL. 515 514 231, SKLEP@HAYDUK.PL



**CHIŃSKIE CENTRUM HANDLOWE**

**Czynny od poniedziałku do soboty**  
**ŻARY, ul. Moniuszki 11**  
**Obok targowiska miejskiego, duży parking**